

శ్రీ అరవిందుల సూక్తులు

రెండవ భాగము

ప్రథమ ముద్రణ
ఆగష్టు 1974
500 ప్రతులు

(ఆంధ్రప్రభనుండి పునర్ముద్రితం)

వెల రు. 9—00

ముద్రణ
ఎ. ఎస్. ఆర్. పవర్ ప్రెస్, తెనాలి



సర్వేశ్వరా! మీ యొక్క పరిణామ పరివర్తనము సిద్ధింపజేయుటకే
మేము యీ భూమిపై వున్నాము. అది మా ఏకైక సంకల్పము.
మా ఏకైక పూర్వాక్రమణము. అదియే మా ఏకైక ధర్మము
కూడ అగునటుల మా జీవిత సర్వస్వము యీఏకైక
లక్ష్యసిద్ధికి సహకరించునటుల అనుగ్రహింపుము.

శ్రీమాత

విషయ సూచిక

శ్రీ కొత్త సూర్యనారాయణగారి

సతీమణి



అరువది నిండు సంవత్సరాలు ఆధ్యాత్మిక చింతనతో సాంసారిక జీవితాన్ని గడపి, అవసానదశలో మూడు రోజులు సమాధిస్థితురాలై, 2-5-1973 వ తేదీ సాయంకాలం 7 గంటలకు, ఓం, ఓం, ఓం అని ప్రణవోచ్చారణచేస్తూ ప్రాణోత్క్రమణ మొనర్చిన పరమ సాధ్వి

లోపాముద్ర స్మారకార్థం

శ్రీ అరవింద సొసైటి, తెనాలి

శ్రీ అరవింద సూక్తులు

త్రివిధ పరివర్తనము

(చైత్యాత్మికము, ఆధ్యాత్మికము, అతిమానసము)

త్రివిధ పరివర్తనము

మూడువిధములైన పరివర్తనం పూర్ణయోగసాధనలో లక్షింపబడుతున్నది. ఒకటి, హృదయాంతర్గతుడగు చైత్యపురుషుడు ముందుకు వచ్చి మనః, ప్రాణ, దేహప్రవృత్తులను ప్రభావిత మొనర్చుటకు సంబంధించినది. రెండవది, ఉన్నత ఆధ్యాత్మిక భూమికలలోనికి ఆరోహించి అచటి శాంతి, శక్తి, తేజస్సు మున్నగు వాటిని క్రిందికి గొనితెచ్చుటకు సంబంధించినది. మూడవది, ఉన్నతోన్నతమైన అతిమానస దివ్యచేతనావతరణంద్వారా అవర ప్రకృతిని దివ్యపరివర్తనం చెందుటకు సంబంధించినది.

చైత్యపురుష ప్రభావఫలితాలు

హృదయాంతర్గతుడగు చైత్యపురుషుడు ముందుకు వచ్చి మనః, ప్రాణ, దేహములను ప్రభావితం చెయ్యడంవలన సరియైన దృష్టి, సరియైన భావము, సరియైన అభ్యాసమూ వరుసగా మనః, ప్రాణ, దేహములకు అలవడుతాయి. భక్తిభావపురస్సరముగా మూడును ఈశ్వరాభిముఖములు

కాగలుగుతాయి. తుదకిది అంతటా జగదంబ దర్శనమునకు, ఆమె శక్తి విశేషం సాధకునిలో పనిచేయడానికి దారితీస్తుంది.

ఆధ్యాత్మికభూమికలకు ఆరోహణం, అవరోహణం

ఉన్నత ఆధ్యాత్మికభూమికలలోనికి ఆరోహణం పరచేతనయందలి శాంతి, శక్తి, తేజస్సు మున్నగువాటిని శిరస్సుద్వారానూ, హృదయంద్వారానూ మానవసత్త అంతటిలోకీ అవతరింప జేయడంకోసమే. అవతరించిన శాంత్యాదులచట సుప్రతిష్ఠితములు కావడం అవసరం.

ద్వివిధగమనములూ అత్యావశ్యకములే

అంతఃప్రవేశమొనర్చి చైత్యపురుషునితో బాహ్యప్రకృతికి సంబంధమును పూర్తిగా పెంపొందింపజేయుట ఒకటి. ఊర్ధ్వోన్మీలనంద్వారా ఊర్ధ్వమునగల దివ్యశాంతితేజశ్శక్త్యానందములను క్రిందికి అవరప్రకృతిలోనికి, శరీరములోనికి గొనితెచ్చుట ఒకటి. ఈ రెండువిధములైన గమనములూ సాధనకత్యావశ్యకములే. రెంటిలో ఏది లోపించినా సాధన సంపూర్ణం కానేరదు.

ఉభయగమనములకూ వైరుధ్యంలేదు

ఊర్ధ్వోన్మీలనంద్వారా ఆధ్యాత్మి కారోహణావరోహణలు జరుగకపోతే అవరప్రకృతియొక్క ఆధ్యాత్మికపరివర్తనం సంభవం కానేరదు. అంతరున్మీలనంద్వారా బాహ్యప్రకృతికి చైత్యపురుషునితో సంబంధమును పెంపొందించకపోతే పరివర్తనం సంపూర్ణం కాజాలదు. ఈ ఉభయగమనములకూ పరస్పరవైరుధ్య మెంతమాత్రమునూ లేదు. కొందరి సాధన మొదటిదానితోనూ, కొందరిది రెండవదానితోనూ ప్రారంభంకాగా, కొందరు రెంటినీ కలిపి అనుష్ఠించడం కలదు.

చైత్యపరివర్తన ప్రాముఖ్యం

జరగవలసిన రెండు పరివర్తనములలోనూ చైత్యపరివర్తనం మొదటిది. చైత్యపరివర్తనం జరిగినపుడు అది రెండవపరివర్తనకు, అనగా సామాన్య మానవచేతనను ఆధ్యాత్మికవరచేతనగా రూపాంతరం చెందించే పరివర్తనకు ఎంతగానో దోహదం చేస్తుంది. లేనిచో సాధకుని ప్రయాణం చాల మందకొడిగానో, ఒకవేళ తీవ్రోత్సుకతతో కూడినదైతే కడు ప్రమాద భూయిష్ఠంగానో కొనసాగడం జరగవచ్చు.

చైత్యపరివర్తనమంటే ?

చైత్యపరివర్తనమంటే చైత్యపురుషుడు పరివర్తనం చెందడమని కాదు. చైత్యపురుష ప్రభావముచే ప్రకృతి పరివర్తనం చెందడమని దాని అర్థం. చైత్యపురుషుడు మానవునియందలి దివ్యాంశగా సృష్టివికాస క్రమమునందు వ్యవస్థితుడై యున్నవాడుకావున చైత్యపరివర్తనం ఇప్పటి సృష్టివికాసస్థితిని అతిక్రమించునది కానేరదు. ఈశ్వరునినుండీ, పరా ప్రకృతినుండీ వచ్చేదిదానికెల్ల ప్రతిస్పందిస్తూ అసురప్రవృత్తులపట్ల విముఖత్వంచూపే యోగ్యతనుమాత్రం మానవునకది నమకూరుస్తుంది.

చైత్యాగ్ని ప్రజ్వలనం

హృదయమందు చైత్యాగ్నినీ, చైత్యపురుషుడు ముందుకు వచ్చి సాధనను చేపట్టవలెననెడి ఆకాంక్షనూ నీలో పెంపొందించుకోవడం అత్యంతావశ్యకం. చైత్యపురుషుడావిధంగా ముందుకు వచ్చినప్పుడు, కానరాకుండా నీలో దాగివున్న అహంకారగ్రంధులను నీకతడు కనిపింపజేయడమేకాక, వాటిని వదలింపజేసి చైత్యాగ్నిలో భస్మీభూతం చెయ్యగలడుకూడ.

చైత్యపరివర్తన ప్రాముఖ్యం

చైత్యపురుషోన్మీలనంద్వారా మనః, ప్రాణ, దేహముల చైత్యపరివర్తనమునకు పూర్ణయోగసాధనలో విశేషప్రాముఖ్యమున్నది. ఏలనంటే, యీ చైత్యపరివర్తనంవలననే పరచేతనావతరణపూర్వక ఆధ్యాత్మిక పరివర్తనం సుకరమూ, నిరపాయమూ అవుతుంది. ఆధ్యాత్మికపరివర్తనం సాధించబడనంతకాలమూ అతిమానస పరివర్తనమనునది సుదూరలక్ష్యంగా ఉండిపోకతప్పదు.

యథార్థప్రగతికి సూచన

హృదంతరాత్మయైన చైత్యపురుషుడు దివ్యసత్యంతో సాక్షాత్స్పర్శ కలిగినవాడైనా మనః, ప్రాణ, శరీర ప్రకృతులమాటున మరుగైవుంటాడు. యోగసాధనచే సాధకుడు మనోబుద్ధులందు తేజః కిరణ ప్రసారములను బడయవచ్చు. శక్తిని సాధించి ప్రాణకోశమున నానావిధములైన అనుభూతులనూ పొందవచ్చు. ఆశ్చర్యకరములైన శారీరక సిద్ధులనుసైతమూ తనలో ప్రతిష్ఠించుకోగలిగివుండవచ్చు. కాని, మరుగువనున్న నిక్కమైన ఆత్మశక్తి, చైత్యపురుషుడు, అభివ్యక్తం కానంతవరకూ యథార్థప్రగతి సాధించనట్లే.

కేవలమానసికోపలబ్ధి అసమగ్రత

చైత్యపురుషుడే నిక్కమైన అతిమానస దివ్యజ్ఞానానందములకు సకల ప్రకృతినీ ఉన్మీలనమొనర్పగలవాడు. మనస్సు తనలోనుండెడి ఉన్నత సానువులలోనికి ఉన్మీలనం పొందనేర్చినందువలనగాని, నిశ్చలత్వాదులచే

ఒకవిధమైన అమూర్తానుభవాన్నీ, నిర్వాణస్థితినీ గడింపనేర్చినందువలన గాని ఈ లక్ష్యసిద్ధి ఎన్నటికీ కలుగనేరదు.

అంతఃపరివర్తనస్వరూపం

హృదయకుహరంలో చైత్యపురుష డెప్పుడూ ఉండనే ఉన్నాడు. తెలియబడకపోవడానికి కారణం మనః, ప్రాణ ప్రకృతులచే ఆచ్ఛాదితుడై వుండడమే. ఆచ్ఛాదన తొలగినప్పు డతడు మేల్కొన్నట్లుగా చెప్పబడుతున్నది. అట్లతడు మేల్కొన్నప్పుడు సకలసత్తనూ కైవసమొనర్చుకొని అంతరాత్మను చక్కగా ప్రతిబింబించునట్లు మలచుకొంటాడు. ఇదే అంతఃపరివర్తనమని పేర్కొనబడుతున్నది.

చైత్యపురుషోన్మీలనకు ముఖ్యలక్షణం

చైత్యపురుషోన్మీలన మనునది కేవలం చైత్యాత్మకభక్తిప్రేమల ప్రకటనకు మాత్రమే పరిమితమైనది కాదు. చైత్యపురుషుడు సాక్షాత్తుగా ముందుకు రావడమనేదికూడ ఇందు ముఖ్యంగా జరగవలసివున్నది. అలా జరిగినప్పుడు, సాధకుడు చైత్యపురుషసహజమైన ఆత్మవితరణశీలాన్ని అనుభూతమొనర్చుకొనుటతోపాటు మనః, ప్రాణ, శరీరములపై చైత్యపురుష ప్రాబల్యములను సైతం ప్రత్యక్షంగా గుర్తించగలుగుతాడు.

చైత్యాత్మక వివేచనశక్తి

చైత్యపురుషుడు ముందుకు రావడం జరిగినపుడు, సాధకునియందు ముఖ్యంగా చైత్యాత్మక వివేచనశక్తి పెంపొందుతుంది. నిజాంతర్గతమైన బుద్ధివృత్తులను, భావావేశాలను, ప్రాణశక్తిప్రేరణలను, భౌతికాభ్యాసాలను అన్నింటినీ సుస్పష్టంగా చూడగలుగుతాడు. అసత్ప్రవృత్తుల

స్థానే సత్త్వవృత్తుల ప్రతిష్ఠాపన జరుగుతుంది. చైత్యపురుషుడు ముందుకు రానప్పుడుండునది కేవలం మానసికవివేచనశక్తి మాత్రమే.

చైత్యపురుషోన్మీలనకు మరొకమార్గం

హృదయాంతర్గత చైత్యపురుషోన్మీలనమును నేరుగ సాధించడమే సహజము, పటిష్ఠమునైన పద్ధతి. కాని, కొన్ని ప్రకృతులకది కష్టసాధ్యం కావచ్చు కద్దు. అట్టి సందర్భములలో చైత్యపురుషోన్మీలనము పైనుండి క్రిందికి ప్రసరించే చేతనమూలమున ప్రారంభం కావడం జరగవచ్చు.

చైత్యపురుషుడు ముందుకు రావడమంటే

చైత్యపురుషుడు ముందుకురావడమంటే అతని నావరించియుండిన ముసుగు తొలగిపోగా మన జాగ్రచ్చేతనయందు సైతమూ అతని సన్నిధి గుర్తించబడి మన మనః, ప్రాణ అన్నమయప్రకృతులపై అతని ప్రభావం సాక్షాత్తుగా ప్రసరించే స్థితి రావడమన్నమాట. అలాజరిగినప్పుడే మన నిజాత్మను మనం గుర్తించుకొన్నవారమై మనః ప్రాణాదులను దాని ఉపకరణమాత్రములనుగా తెలియగలుగుతాము.

చైత్యాగ్నిప్రజ్వలనకు ప్రతిబంధకం

ప్రాణమయప్రకృతికి సంబంధించిన కామనల మిశ్రమమునకు తావీయక, అంతశ్శుద్ధితో జగన్మాతకు ఆత్మార్పణ మొనర్చుకోగల యోగ్యతను సాధకుడు సంపాదించుకొన్నప్పుడే చైత్యపురుషుని సంపూర్ణోన్మీలనము సాధ్యమవుతుంది. అహంకారిక, ప్రాణమయప్రకృతికామనల రూపమైన ధూమావరణం చైత్యాగ్నిని సరిగ ప్రజ్వరిల్లనీయదు.

అలవరించుకోవలసిన యోగ్యతావిశేషం

సాధనయందు మనస్సు ప్రాధాన్యం వహించి అంతరాత్మను మరుగుననే ఉండేటట్లుచేసినా, భక్తిభావం చైత్యాత్మకం కావడానికి బదులు విశేషంగా ప్రాణమయచేతనాత్మకం కావడం జరిగినాకూడ చైత్యపురుషుని సంపూర్ణోన్మీలనం సాధ్యంకాదు. ఎట్టి నటనలూ, కామనలూ లేకుండా అంతశ్శుద్ధితో అహంకారవివర్జితమైన ఆత్మార్పణకు యోగ్యతను సాధకుడు అలవరించుకోడం అట్టి సంపూర్ణోన్మీలనకు అత్యావశ్యకం.

బాహ్యప్రకృతిదోషాల గుర్తింపు, నిర్మూలన

చైత్యపురుషుడు ముందుకు వచ్చినప్పుడు బాహ్యప్రకృతిదోషాలను గుర్తించడమేగాక వాటిని నిర్మూలించడంపైతం సులభసాధ్యమవుతుంది. అలాకాక చైత్యపురుషుడు ముసుగువడి మరుగుననేవుండిపోతే, బాహ్యప్రకృతి తన దోషాలను గుర్తించుకోడం కష్టసాధ్యంకాగా వాటిని నిర్మూలించడం మరింత దుస్సాధ్యం కాకతప్పదు.

ఆత్మజ్ఞానపూర్వక భక్త్యావిర్భావం

చైత్యపురుషుడు మేల్కొనడం జరిగినప్పుడు, నీ ఆత్మను నీవు తెలుసుకోగలుగుతావు. మనః, ప్రాణ, చేతనలతో తాదాత్మ్యం చెంది అవే నీ ఆత్మయనుకొనే భ్రమలో ఇక ఎన్నటికీ పడవు. అంతేకాక, భగవంతునియందుగాని, గురువునందుగాని నీలో నిక్కమైన భక్తి ఉదయిస్తుంది. ఆ భక్తి మనఃప్రాణాత్మకభక్తికంటె పూర్తిగా భిన్నమైనది.

ప్రాణమయచేతనాత్మక భక్తి లక్షణం

కోర్కెలు కోరుతూ షరతులతో భగవంతునకు ఆత్మసమర్పణ మొనరించుకోడం ప్రాణమయచేతనాత్మక భక్తిలక్షణం. భగవంతునిపట్ల దానివైఖరి ఒకవిధంగా ఇలా వుంటుంది : "నీవు చాల గొప్పవాడవు. నిన్ను నేను పూజిస్తున్నాను. నా యీ కోర్కెలు తీర్చు. నా యీ మహదాశయాన్ని సిద్ధింపజెయ్యి. నన్ను గొప్పవాణ్ణి గావించు. గొప్ప సాధకునిగా, గొప్పయోగీశ్వరునిగా నన్ను రూపొందించు".

మనోమయచేతనాత్మక భక్తి లక్షణం

మనోమయచేతనకూడా షరతులతోనే పరమసత్యమునకు తనను అర్పణ చేసుకోవడం జరుగుతూవుంటుంది. 'నా అభిప్రాయాలపైన, నిర్ణయాలపైన నీ ఆమోదముద్ర వెయ్యి,' – అన్నట్లుగా వుంటుంది పరమసత్యంపట్ల దాని వైఖరి. పరమసత్యం మానసికరూపములలోనికి తనను తాను పోతపోసుకోవాలని దాని కోరిక.

చైత్యపరివర్తనం కలిగినప్పుడు

చైత్యపురుషోన్మీలనపూర్వకమైన చైత్యపరివర్తనం కలిగినప్పుడు, సమ్యగ్దృష్టి అప్రయత్నపూర్వకంగా స్వభావసిద్ధమవుతుంది. వెలుగుదెసకే చేతన సర్వదా అభిముఖమై వుంటుంది. అసత్ప్రవృత్తుల నిరాకరణం కూడా సహజప్రవృత్తిగా రూపొందుతుంది.

ఆధ్యాత్మిక పరివర్తనం తీరుతెన్నులు

ఆధ్యాత్మిక పరివర్తన మనునది ప్రగాఢజీవసంస్కారకు ఆత్మయం

దాకాంక్షతో ప్రారంభమై సకలచేతనకూ చైత్యపురుషు డధినేత కావడం ద్వారా మనః, ప్రాణ దేహములు చైత్యపురుషవిధేయములు కావడంతో పూర్తి అవుతుంది. ఈ స్థితికి ఒకసారి చేరుకొన్నవానిని సంశయవిషాదము లిక ఎన్నడూ బాధించనేరవు.

ఆత్మ — చైత్యపురుషుడు

ఆత్మ వేరు, చైత్యపురుషుడు వేరు. రెండూ ఒకటి కాదు. అంతటా, అన్నిటా ఏకమై, శాంతమై, విశాలమై, ముక్తమై వుండేది ఆత్మ, జీవితాన్ని అనుభవిస్తూ మనః, ప్రాణ, దేహములతోపాటు వికాసంచెందుతూ మన అంతరాంతరములో వుండే ఆత్మాంశ చైత్యపురుషుడు.

ప్రశాంతమధురమైన విచారానుభవం

దేహప్రాణముల కున్నట్లుగా చైత్యపురుషునికి ఏబాధలూ ఉండవు. ఏ నిరాశకూ అతడు లోనుగాడు. కాని, ఒకవిధమైన చైత్యవిచారం మాత్రం అతనిలో ద్యోతకమవుతూవుంటుంది. పరిస్థితులు ఈశ్వరునకు ప్రతికూలమై వుండేటప్పుడు, దేహ, ప్రాణముల ధోరణులు పెడమార్గాలు పట్టేటప్పుడు, అజ్ఞానావరణలు బలీయమైవుండేటప్పుడు, ప్రశాంతమధురమైన విచారానుభవమొకటి అతడు పొందుతూవుంటాడు.

చైత్యాకాంక్ష, చైత్యవిచారం

ఈశ్వరవిముఖముగావుండే పరిస్థితిపట్ల చైత్యపురుషుడు పొందెడి విచారం ఒకవిధమైన ఖిన్నతయేగాని నిరాశగాదు. పరిస్థితు లావిధంగా వుండవలసిందికాదని అతనికి అనిపిస్తుంది. ఇంకొక తీరుగా అవి వుండా

లనేది చైత్యాకాంక్ష అతనిలో తీవ్రంకాగా అదియే విచారమును (ఖిన్నతను) పోలినవృత్తిరూపంలో అతనికి అనుభూతమవుతుంది.

కర్మయోగంలో మొదటిదశ

మానవసత్త ద్విధా విభక్తమై అనుభవగోచరం కావడం సాధనలో ఒక ముఖ్యమైనఘట్టం. ఒకటి–ఆంతరికమై నిక్కమైన చైత్యపురుషుడు. రెండు– బాహ్యజీవనమునకు సాధనమైన బాహ్యపురుషుడు. బాహ్యకర్మలను చేస్తూనే అంతరమున చైత్యపురుషునియందు ఈశ్వరైక్యమున మెలగడం కర్మయోగములో మొదటిదశ.

చైత్యపురుషునికీ బాహ్యపురుషునికీ నడుమ సేతువు

చైత్యపురుషునికీ బాహ్యపురుషునికీ నడుమ సేతువుగాఉన్నదానిని సాధకుడు తెలియలేనపుడు, ఆ ఉభయానుభూతులనూ విడివిడిగామాత్రమే అతడు పొందుతూవుంటాడు. ఆంతరికమైన అన్న, ప్రాణ, మనోమయ పురుష సంఘాతమే అతడు తెలుసుకోవలసిన సేతువు.

అనిర్వచనీయమైన మృదుత్వానుభూతి

సాధకుని అంతరాంతరంలో అనిర్వచనీయమైన మృదుత్వానుభూతి చైత్య పురుషోన్మీలనకు సంబంధించినదే. అతని యందలి ఒక ముఖ్యవిభాగపు చేతనలో మార్పురావడాన్ని అది సూచనచేస్తుంది. ఆమార్పు అతనిలో స్థిరంగా నిలిచిపోవడం పూర్ణయోగపు చైత్యపరివర్తన లక్ష్యసాధనలో ఒక ప్రధానఘట్టం.

నిక్కమైన జ్ఞానోపలబ్ధికి శుభారంభం

అంతరాంతరంలో అనిర్వచనీయమైన మృదుత్వానుభూతి మూలకంగా చేతనలో వచ్చినమార్పు నిక్కమైన జ్ఞానోపలబ్ధికికూడా శుభారంభ మవుతుంది. యోగపరిభాషలో జ్ఞానమంటే అంతరమునుండి పెల్లుబికే చైత్యావగాహనమూ ఊర్ధ్వమునుండి ప్రసరించే ఆధ్యాత్మికజ్యోతిప్రసారమే కాని, ఆధ్యాత్మికవిషయములను గురించిన భావసముదాయము కాదు.

చైత్యావగాహనం

హృదయాంతర్గతుడగు చైత్యపురుషునినుంచి జనించే అంతఃస్ఫురణమే చైత్యావగాహనం. ఏ ఆలోచనాపరంపరకూ సాధ్యపడని జ్ఞానస్ఫూర్తిని ఇది కలిగిస్తుంది. అంతేగాక, ఒకవిధమైన శాంతినీ, సమాశ్వాసమునూ కలిగించడంకూడా ఈ చైత్యానుభవపు ముఖ్యలక్షణం.

అంతకంతకు లోతుకు దిగుతున్నట్లు అనుభవం

చైత్యపురుషుడు వక్షోమధ్యభాగమున అనాహతచక్రమనెడి హృత్కేంద్ర స్థానంలో (ఈ భౌతికహృత్పిండమున కాదు. ఏమంటే, చక్రములన్నీ శరీరమధ్యమందే ఉన్నవి.) వెనుకగా లోలోతున ఉన్నాడు. సాధకుడు వెలినుండి చైత్యపురుషుని చేరుకొనేటప్పుడు, తాను అంతకంతకూ లోతుకు దిగుతున్నట్లుగా అనుభవం పొందుతాడు.

చైత్యపురుషునిస్థానం

చైత్యపురుషుడుండే స్థానం హృదయకుహరం అంతరాంతరమునగాని సామాన్యభావావేశములకు నెలవైన బాహ్యతలమున గాదు. అయినా

అతడు ముందుకువచ్చి ఎప్పటివలె అంతరాంతరమున ఉంటూనే బాహ్యతలమునుపైతం ఆక్రమించగలడు. అట్లాక్రమించినప్పుడు, ప్రాణమయ చేతనాత్మకములైన ఆభావావేశములు చైత్యాత్మకభావావేశములుగా పరివర్తనంచెందుతాయి.

చైత్యపురుషుని ప్రభావవ్యాప్తి

హృదయకుహరపు అంతరాంతరమునుండి ముందుకువచ్చిన చైత్యపురుషుడు బాహ్యతలమందలి ప్రాణమయభావావేశముల స్వరూపమును మార్చగలుగుటేగాక అటనుండి అన్నివైపులకుకూడ తనప్రభావమును ప్రసరింపజేయగలడు. ఉదాహరణకు, మనోభావాలపైన, శరీరఅభ్యాసములపైన కూడా అతని ప్రభావం ప్రసరించి వాటిని రూపాంతరం చెందించగలదు.

ద్వివిధ ప్రక్రియలు

పూర్ణయోగాభ్యాసములో రెండు ప్రక్రియలున్నవి. ఒకటి, ఉన్నతభూమికలలోనికి చేతనయొక్క ఆరోహణం, రెండవది, పృథ్వీచేతనలోనికి ఉన్నతభూమికలయందలి శక్తియొక్క అవతరణం. తమస్సునూ, అజ్ఞానమునూ పారద్రోలి అవరప్రకృతిని రూపాంతరం చెందించడమే ఈ అవతరణ ప్రయోజనం.

ఆరోహణావరోహణల పరమలక్ష్యం

మనః, ప్రాణ, దేహములతోకూడిన మానవునియందలి సకల చేతనయూ పరచేతనను కలియుటకై ఊర్ధ్వమున కారోహించవలసి వున్నది. అట్లే పరచేతనకూడా మనస్సులోనికి, ప్రాణములోనికి, దేహములోనికి క్రమ

ముగా క్రిందికి దిగిరావలసివున్నది. ఇదే ఆవరణలెల్ల తొలగి పరచేతన అవరప్రకృతినంతనూ అతిమానసశక్తితో రూపాంతరం చెందించేవిధానం.

జడంలో ప్రాణవ్యవస్థ జరిగినతీరు

సృష్టివికాసమునకు భౌతికక్షేత్రం పృథ్వి. ప్రాణము, మనస్సు, అతిమానస విజ్ఞానము, సచ్చిదానందములు పృథ్వీచేతనలో అవ్యక్తముగ అంతర్లీన మైవున్నవి. తొలుత భౌతికమైన జడపదార్థవ్యవస్థ జరుగగా, దానిలోనికి ప్రాణభూమికమండి ప్రాణమవతరించి ప్రాణతత్వమును వ్యవస్థచేయడం చేత ఉద్భవించినవే జంతువర్గము, వృక్షవర్గము.

మానవజాతిని వెలయించిన మనస్తత్వవ్యవస్థ

ప్రాణభూమికనుండి ప్రాణ మవతరించి జడమునందు ప్రాణతత్వవ్యవస్థను చేసినదాని ఫలితముగా వృక్షవర్గము, జంతువర్గము ఉద్భవించినట్లే మనో భూమికనుండి మనస్సు అవతరించి మనస్తత్వమును వ్యవస్థచేయడంవలన మానవజాతి ఆవిర్భవించినది. అదేరీతిగా ఇకమీద జరగవలసినది అతి మానసవిజ్ఞానావతరణంద్వారా దివ్యమానవజాతి ప్రాదుర్భావం.

పూర్ణయోగప్రక్రియ ముఖ్యసూత్రం

సాధకుని చేతన ఉన్నతభూమికలలోనికి ఆరోహించడము, ఉన్నతభూమి కలలోని శక్తులు నిమ్నభూమికలలోనికి అవతరించడము అనెడి విధానము ద్వారా అవరప్రకృతిపరివర్తనం జరగవలసిఉన్నదనే సూత్రము నాధార ముగాగొని పూర్ణయోగప్రక్రియ రూపొందినది. అయితే అతిమానసమైన విజ్ఞానమయచేతనావతరణంద్వారా తప్ప అవరప్రకృతి పూర్ణపరివర్తనం సిద్ధింపనేరదు.

ఆరోహణకు ఆకాంక్ష ఆవశ్యకం

సాధకునిలోనుండి – అనగా అతని మనోమయ, ప్రాణమయ, అన్నమయ భూమికలలోనుండి – తగిన ఆకాంక్ష బయలుదేరినప్పుడు, ఊర్ధ్వమున కారోహణం సాధ్యమవుతుంది. ప్రతిభూమికనుంచికూడ ఈ ఆరోహణం మనస్సుకూర్ధ్వమున విజ్ఞానమయ భూమికతో అది కలిసెడి చోటువరకూ కొనసాగడం జరగవచ్చు.

అవతరణకు ముఖ్యంగా కావలసినది

సాధకునియందలి అన్ని భూమికలలోనూ పరచేతనను స్వీకరించుట కను వైన ప్రశాంతి నెలకొన్నప్పుడు, ఊర్ధ్వమునుండి పరచేతనావతరణం సాధ్య మవుతుంది. ఉన్నతభూమికల నందుకొనుటకై ఊర్ధ్వమున కారోహణము నాకాంక్షించేటప్పుడైనా, ఊర్ధ్వమునుండి దిగివచ్చేడిదానికి తనలో దారి యిచ్చి స్వీకరింప నభిలషించేటప్పుడైనా, పూర్ణమైన నిశ్చలత అన్నివిభాగ ములలోనూ నెలకొనడం అవసరం.

శిరస్సుకూర్ధ్వముగా స్థావరం ఏర్పాటు

పూర్ణయోగలక్ష్యానుసారం సాధకుని చేతన ఊర్ధ్వగమనముతో శరీరమునకు వెలుపల శిరస్సు ఉపరిభాగమున స్థావర మేర్పరచుకొని అచట సువిశాల ముగ అన్నివైపులకూ విస్తరిల్లడం అత్యంతావశ్యకం. ఈ స్థితిలో అతనికి పైభూమికలనుండి దిగివచ్చేడిదానినెల్ల స్వీకరించడము, అచటి నుండియే క్రిందిభూమికలతో జరిగేడిదానినెల్ల గమనించడము, రెండూ సాధ్యమవుతవి.

అవరభూమికల నిగ్రహపరివర్తనములు

సాధకుని చేతన శిరస్సు కూర్ధ్వమున స్థావర మేర్పరచుకొనడం జరిగి నప్పుడు, దిగువభూమికలలో నున్నదానినెల్ల సంపూర్ణస్వాతంత్ర్యంతో తిలకిస్తూ అదుపులోపెట్టడం అతనికి సాధ్యమవుతుంది. అంతేకాక, పై భూమికలనుండి శరీరములోనికి త్రోసుకొనిరాజూచెడి సమస్తమునకు దారియొసగుతూ తద్ద్వారా పరమావిష్కారమునకు సాధనభూతమగునట్లుగా శరీరమును ఆయత్తపరచడం సైతం అతనికి సాధ్యమే.

ఆత్మతత్వమునందలి నిశ్చలత్వానుభూతి

నీ చేతన శిరస్సుకుపైన స్థావరమేర్పరచుకోడం జరిగినప్పుడు, ఆత్మ తత్వమునందలి నిశ్చలత్వము, నీరవత, స్వాతంత్ర్యము నీ అనుభవానికి వస్తాయి. మనస్సుకతీతమైన పరచేతనాప్రాంగణంలో నీవున్నావన్నమాట. ఆత్మతత్వంతో నిత్యస్పర్శ కలిగివుంటుంది పరచేతన. అజ్ఞానప్రవృత్తుల మూలమున అవరచేతనకు ఆత్మతత్వంతో ఈ సంస్పర్శ ఉండనేరదు.

దివ్యచేతనతో కలయికకై ఆరోహణ

నీకుపైన - అనగా శరీరములోకాదు, శిరస్సుకుపైన - పరమమైన ఒక దివ్యచేతన ఉన్నది. ఉన్మీలనము నీయందు సంభవించినప్పుడు, నీలోని సమస్తమూ, అనగా నీ మనోమయ, ప్రాణమయ, అన్నమయచేతనలు ఆ దివ్యచేతనను కలియుటకై ఊర్ధ్వమున కారోహించ మొదలు పెడు తాయి. ధ్యానంలో కనులు మూసుకొని కూర్చున్నప్పు డీ అనుభవం నీకు స్పష్టంగా కలుగుతుంది.

పూర్ణయోగములోని ఆరోహణావరోహణలు

శిరస్సుపైనగల దివ్యచేతనను కలియడానికై మనోమయ, ప్రాణమయ, అన్నమయచేతనారూపమైన అవరచేతన ఊర్ధ్వగతి నందుకోవడమే ఆరోహణమని పూర్ణయోగమున పేర్కొనబడుతున్నది. ఆరోహణానంతరం పైనుండి శాంతి, ఆనందం, తేజస్సు, ఓజస్సు, జ్ఞానం మొదలైనవి క్రిందికి దిగిరావడం మొదలు పెట్టుతాయి.

శరీరభావబంధములేని ఉన్నతస్థాయి

శరీరం వెలుపల శిరస్సుకుపైగా నీచేతన స్థావరమేర్పరచుకొనడం జరిగినప్పుడు, శరీరభావంచేత నీవిక బద్ధుడవు కానేరవు. శరీరం నీచేతనలో అల్పాంశమై నీకొక పనిముట్టువంటిది మాత్రమౌతుంది. ఈ విధమైన ఉన్నతస్థాయిలో స్థిరత్వ మేర్పడడం సాధనయందు గొప్ప పురోగతికి సూచకం.

బంధ విమోచనలు

చేతన సాధారణంగా మస్తిష్క, హృదయ, నాభికేంద్రాలలో (బుద్ధి వృత్తుల, భావావేశముల, ఇంద్రియసంవేదనల స్థానములలో) కేంద్రీకృతమై శరీరమునందు బంధించబడివుంటుంది. అది పూర్తిగా గాని, అందులో కొంతభాగముగాని ఊర్ధ్వగతి నందుకొని శిరస్సుకుపైన స్థావరమేర్పరచుకొన్నట్లు నీ కనుభూతమైతే అదే శరీరబంధమునుండి చేతనకు విమోచన.

పరభూమికలలో ఎరుక

పరభూమికలలో నీవు సహజంగానే ఎరుక కలిగివుంటా వనుకోడానికి

వీలులేదు. వాటిని నీవు చేరుకోగలిగేది గాఢమైన సమాధిలో మాత్రమే. వాటిలో పైపైకి పోయినకొలదీ సమాధిలోనైనా వాటిని గురించిన ఎరుక నీకుండడం కష్టం. నీ అంతః పురుషుని నీవు ఎరుగనేర్చినప్పుడే సమాధిలో ఎరుకగలిగివుండడం నీకు సాధ్యం.

రెండు పద్ధతులు

చేతన శరీరంవెలుపలి కేగడంలో రెండు పద్ధతులున్నవి. ఒకదానియందు చేతన వాస్తవంగానే బయటికి పోవడం జరుగుతుంది. కాని, గాఢ సుషుప్తినో సమాధిస్థితినో కలిగించే అనుభవమిది. రెండవదానియందు చేతన శిరస్సుకుపైన స్థావరమేర్పరచుకొని విస్తరిస్తుంది. జాగ్రదవస్థ లోనే ఈ అనుభూతి కలుగవచ్చు. ఇందు సాధకుడు శరీరమునందు తానున్నట్లుగాక శరీరమే తన విశాలాత్మ యందున్నట్లు అనుభవం పొందుతాడు.

శిరస్సుపై జ్యోతిదర్శనం

పూర్ణయోగసాధనలో శిరస్సుపైన తోచెడి జ్యోతి దివ్యసత్యజ్యోతియే. దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి, దివ్యజ్యోతి, దివ్యజ్ఞానం, దివ్యానందం, ఇవన్నీ శిరస్సుకుపైనే ఉన్నాయి. తగిన యోగ్యతను వ్యష్టిచేతన సంతరించుకో గలిగినప్పుడు, ఇవన్నీ క్రమంగా శరీరం లోనికి అవతరించ మొదలు పెట్టుతాయి.

పర్వతశిఖరాగ్రంమీద బంగారువెలుగు దర్శనం

దర్శనశక్తిగల సాధకులకు పెక్కుమందికి పర్వతశిఖరాగ్రమునందు బంగారు

వెలుగుదర్శనం కలగడం కద్దు. భూమి (అన్నమయభూమిక) నుండి క్రమముగా పైపైకి ప్రాణమయ, మనోమయభూమికలద్వారా ఆధ్యాత్మిక మైన పరభూమికలకు ఆరోహించెడి చేతనకు సంకేతమే పర్వతం. బంగారు వెలుగు ఉన్నత భూమికలయందలి దివ్యసత్య ప్రకాశమునకు సూచకం.

స్థానభేదమునుబట్టి ధ్యానంలో భేదాలు

మానవసత్తలోని వేర్వేరు అంతస్థులకు సంబంధించి వేర్వేరు కేంద్రములు శరీరములోపలనున్నవి. సూక్ష్మశరీరంలోనివైనా ఆయాస్థానాలలో స్థూల శరీరంతోకూడా వీటికి సంబంధం వుంటుంది. ధ్యానాభ్యాసమొనర్చే సాధకుని చేతన ఆసమయమందు ఏస్థానమున కేంద్రీకృతమై వుంటే దానిని బట్టి అతని ధ్యానస్వరూపస్వభావాలు మారుతూవుంటాయి.

మనోమయకోశగతమైన కేంద్రములు

కపాలముపైనగల కేంద్రం (సహస్రారం) మనస్సుకు అవ్వలిదైన పర చేతనకు సంబంధించినది. భ్రూమధ్యంలో ఫాలమందుగల కేంద్రం (ఆజ్ఞా చక్రం) మానసిక యోచనకూ, సంకల్పానికీ, దర్శనమునకూ సంబంధించి నది. కంఠస్థానమునగల కేంద్రం (విశుద్ధం) మానసిక బహిఃప్రసరణకు సంబంధించినది. ఇంతవరకూ ఇవి మనోమయకోశగతమైన కేంద్రములు.

విశుద్ధచక్రానికి దిగువనుండే కేంద్రాలు

హృదయము (అనాహతం), నాభి (మణిపూరకం), పొత్తికడుపు (స్వాధిష్ఠానం), ఈ స్థానములలోని కేంద్రములు ప్రాణమయకోశానికి సంబంధించినవి. వెన్నుపూసకొన (మూలాధారం) వద్దనుండే కేంద్రం అన్నమయ

కోశానికి సంబంధించినది. హృదయం భావావేశములకు, నాభి ప్రాణశక్తి ప్రాబల్యమునకు, పొత్తికడుపు ఇంద్రియ సంవేదనలకు స్థానాలు. హృదయ స్థానమునకు వెనుకగానుండేది చైత్యపురుష కేంద్రం.

ఉద్గమనము, ఉన్మీలనము కలిగేతీరులు

శిరస్సునందు చేతనను ఏకాగ్రంచేస్తే మానసిక, ఆధ్యాత్మికధ్యానమునూ, హృదయమునందు ఏకాగ్రంచేస్తే చైత్యపురుషాత్మకధ్యానమునూ సాధకుడు లక్షిస్తున్నాడన్నమాట. అయితే ఉద్గమనముగానీ ఉన్మీలనముగానీ మొట్ట మొదటగా ఈ రెండింటియందే కలుగునని చెప్పవీలులేదు. సాధకుని స్వభావవిశేషములనుబట్టి ప్రాణకోశమునుంచి ఉన్మీలనోద్గమనములు తొలుతగా సంభవించుటయూ కద్దు.

ప్రాణమయకోశంనుండి చైత్యపురుషస్థానానికి

ఉన్మీలనము, ఉద్గమనము తొలుత ప్రాణమయ కోశమందు జరిగేపక్షంలో ధ్యానం ప్రాణమయకోశ సంబంధమైన అనుభవాలకు దారితీస్తుంది. అయితే అట్టి అనుభవాలతో తాదాత్మ్యం చెందకుండ వాటినుండి వేరువడి వెలుపలి విషయములవలె వాటిని తిలకిస్తూ లోపలకు పోవనేర్చినయెడల చైత్యపురుషస్థానమును మనం అందుకొనే అవకాశం లేకపోలేదు.

మానసికధ్యానంనుండి ఆధ్యాత్మికానుభూతికి

ధ్యానం మనోమయకోశమందు ఏదైనా ఒక భావమును పురస్కరించుకొని (ఉదాహరణకు, అంతాబ్రహ్మమే అనెడిభావం) జరిగినప్పుడు తత్సంబంధమైన మానసికానుభూతిని నీవు పొందవచ్చు. అట్లుగాక ఆభావమునుండి కూడా నీవు వేరై, వెలుపలి విషయంవలె దానిని తిలకిస్తూ మౌనస్థితిలో

నికి పోగలిగే యెడల విశుద్ధమైన ఆధ్యాత్మికానుభూతినే నీవు పొంద గలుగుతావు.

దివ్యశాంత్యాదుల అవతరణం

పూర్ణయోగంలో సామాన్యంగా శిరస్సుపై దర్శించబడే వెలుగు దివ్యసత్యజ్యోతియే. శిరస్సుపైనే దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి, దివ్య జ్యోతి, దివ్యజ్ఞానం, దివ్యానందం ఉన్నాయి. నీవ్యష్టిచేతన తగినంతగా ఆయత్తమైనప్పుడు ఇవన్నీ నీశరీరంలోనికి దిగిరావడం మొదలుపెట్టు తాయి. వ్యష్టిచేతనను ఆయత్తపరచడంలో సామాన్యంగా వచ్చే ఒడుదుడు కులను లెక్కచేయక ఓపికగా పట్టుదలతో ఉన్మీలనంకొరకు ప్రయత్నించు.

పరచేతనానుభూతిలో నిత్యం ఉండిపోవాలంటే

పరచేతనానుభూతియందు ఎల్లప్పుడూ ఉండిపోగలిగితే మంచిదే. కాని అలా ఉండకపోవడం దేనివలన? అవరతనచే నీ ప్రకృతియందింకనూ అంతర్భాగంగా ఉండి నిన్ను క్రిందికి దిగలాగడంవలననే. అవరచేతన రూపాంతరం చెందించబడినట్లయితే అది పరచేతనకు సజాతీయమైపోయి నందువల్ల నిన్నిక క్రిందికి దిగలాగేది ఏదీ ఉండదు.

అవరచేతన రూపాంతరీకరణకు ఉపాయం

పరచేతనను మనః, ప్రాణదేహములలోనికి క్రిందికి గొనితేవడంద్వారము ననే అవరచేతనను రూపాంతరం చెందించవలసివున్నది. పరచేతనలోనికి నీ వారోహించి అచటనే ఉన్నంతకాలమూ నీవు ముక్తుడవే. కాని అట నుండి దిగివచ్చి మనః, ప్రాణ, దేహముల నుపయోగింపవలసివచ్చినప్పుడు

మాత్రం వీటి లోపముల నెదుర్కొవడం నీకు అనివార్యమవుతుంది. ఈ లోపములను సరిదిద్దే ఉపాయం పైన పేర్కొన్న రూపాంతరీకరణమే.

ఊర్ధ్వగమనములోని రెండు అనుభూతులు

ఊర్ధ్వగతిలో సాధకుడు మనోభూమికయందే ఒకవిధమైన అచంచలస్థితిని అందుకోవడం ఉన్నది. మనస్సుకుపైన నిత్యశుద్ధ, ముక్త, నిశ్చలస్థితిని అందుకోవడమూ ఉన్నది. మొదటి అనుభవం, అన్న, ప్రాణమయకోశ మందలి విక్షేపాలకు తేలికగా విచ్ఛిన్నమైపోవచ్చు. రెండవది ఆత్మకు సంబంధించిన అనుభూతి కనుక అలా విచ్ఛిన్నంకాదు. కాని, అవరచేతనచే అది కప్పువడడం సంభవించవచ్చు.

సామాన్యంగా కలిగే తొలిఅనుభవం

ఊర్ధ్వమునకు ఉన్మీలనము, తేజస్సులోనికి ఆరోహణము, అటుపిమ్మట సాధారణచేతనలోనికి తిరిగి అవతరణము, ఇది యోగసాధనలో ఒక పరిణామదశయందు కడుసామాన్యంగా కలిగే తొలిఅనుభవమే. యోగ సాధన లేకపోయినాకూడా, విధినిర్దిష్టంగా ఆధ్యాత్మికపరివర్తనం పొంద వలసివున్న వారికి ముఖ్యంగా సామాన్యజీవితమందు అంతర్గతంగా అసం తృప్తి కలిగి అంతకంటె ఉత్తమమైనదేదో పొందాలనే ఆకాంక్ష ఉన్న ప్పుడు ఇట్టి అనుభూతి కలగటంకూడా కద్దు.

విధివిర్దిష్ట ఆధాత్మికపరివర్తనకు సూచన

ఊర్ధ్వమునగల దివ్యతేజస్సులోనికి నీ పూర్ణసత్తగాక ఒకానొక అంతర్వి భాగంమాత్రమే ఆరోహించడం జరిగి తక్కినప్రకృతియెల్ల సామాన్య జీవితమందు సక్తమైఉండేటప్పుడు తిరిగి క్రిందికి దిగి రావడమనేది అని

వార్యమే. కాని, అట్లారోహించిన విభాగం కేంద్రస్థానములోనిదైతే నీ ఆధ్యాత్మికపరివర్తనం విధినిర్దిష్టమైనదనుటకి అనుభూతి సూచనయే.

పూర్ణసత్త ఆరోహణకు ప్రాతిపదిక

నీ ఆధ్యాత్మికపరివర్తనం విధినిర్దిష్టమైనదనుటకు సూచనగా నీలోని ఒకానొక అంతర్విభాగం ఊర్ధ్వమునగల దివ్యతేజస్సులోనికి ఒకపర్యాయం ఆరోహించడమనేది జరిగినప్పుడు, ఇక సమ్యక్ జ్ఞాన, సమ్యక్ భావములతో ఆమార్గమున ముందుకు సాగిపోగలపరిస్థితి అటుతరువాత నీకు తప్పక ఏర్పడుతుంది. దివ్యతేజస్సులోనికి మరల మరల నిన్ను ఆరోహించ నివ్వకుండాచేసెడి ప్రతిబంధకములన్నీ తొలగి ఏదోఒక అంతర్విభాగమే కాక నీ పూర్ణసత్త ఆతేజస్సులోనికి ఆరోహించడం సైతం క్రమేణా సాధ్యంకాకతప్పదు.

ఆత్మచైతన్యానుభూతి

శిరస్సుకు పైనగల ఆత్మచైతన్యం ఈశ్వరచైతన్యం, అత్యంతవిశాలం, అపరిమితం. ఆ చైతన్యంలోనికి ఆరోహించడం జరిగినప్పుడు, వ్యష్టి చైతన్యంకూడా తన పరిమితులను విచ్ఛేదమొనర్చుకొని ఆ విశాలతనూ, అపరిమితత్వాన్ని తానుగూడా అనుభవిస్తుంది. అట్టి సందర్భాలలో తనకు శిరస్సుగాని, శరీరంగాని లేదనీ, ఉన్నది సువిశాలమైన ఆత్మచైతన్యమే ననీ సాధకునకు తరచుగా తోస్తూవుంటుంది. శరీరస్ఫూర్తి ఒకవేళ కలిగినా అది ఆ విశాలచైతన్యంలో ఒక అంశముగ మాత్రమే.

విశాలత

విశాలతారూపమైన అనుభవం చైతన్యవిస్తరణను సూచిస్తుంది. పర

చైతన్యం మనలో పనిచేయడానికి విశాలత చాల అవసరం. విశాలత లేకుండ తనలోతాను ముడుచుకొనివుండేవానికి గాఢానుభూతులు కొన్ని కలిగే అవకాశమున్నమాట నిజమే. ఊర్ధ్వసంస్పర్శలకు కొంత ఉన్మీలనం కూడా అతనిలో ద్యోతకంకావచ్చు. కాని, అట్టిస్థితి ఆధ్యాత్మికపరివర్తనకు తగినపునాదిగామాత్రం ఉపయోగపడదు.

పామువలె పైకిలేచే యోగశక్తి

మన అంతశ్శరీరంలో ఒక యోగశక్తి చుట్టలు చుట్టుకొని నిద్రాణమై ఉన్నది. యోగసాధనవలన ఈశక్తి చుట్టలు విప్పుకొని మనకు ఊర్ధ్వమున వేచివున్న దివ్యచేతననూ, దివ్యశక్తినీ కలియడానికై పైకిలేస్తుంది. ఇట్టి యోగశక్తి పైకిలేవడం చుట్టలు విప్పుకొంటున్న పామునిటారుగా అంతకంతకు పైకిలేచి నిలబడుతున్నట్లుగా మనకు అనుభూతమవుతుంది.

క్రిందికి దిగివచ్చే దివ్యచేతన

అంతశ్శరీరంలోని యోగశక్తి పామువలె నిటారుగా పైకిలేచి శిరస్సున కూర్ధ్వమునగల దివ్యచేతనను అనుసంధానించడం జరిగినప్పుడు, ఆ దివ్య చేతన శరీరంలోనికి క్రిందికి దిగిరావడం సుకరమవుతుంది. అవరప్రకృతిని పరివర్తనంచెందించడానికై అది నీలో పనిచేయడం నీవు స్పష్టంగా గుర్తించగలవు.

కుండలిని పైకిలేవడం జరిగినప్పుడు

మూలాధారమందు చుట్టలు చుట్టుకొనివున్న కుండలిని అచేతనమధ్యమున నిమగ్నమై అవిద్యాఖేలకు ఆధారభూతంగా వుంటూ నిద్రాణమైవున్నది.

చుట్టలు విప్పుకొని అది పైకిలేవడం జరిగినప్పుడు, అవిద్యాస్థానములం దొకవిధమైన సంచలనం, సంక్షోభం కలగడం సహజం. అది యోగ పురోగతికి సహాయకారియగు అనుభవమే.

ఉన్మీలనకు తోడ్పడే అవస్థావిశేషం

మెదడులో శూన్యత, విశాలత అనుభవానికిరావడం మంచిలక్షణమే. సమ గతిలో విశ్వచైతన్యంలోకి ఊర్ధ్వగతిలో ఆత్మచైతన్యంలోకి శిరస్సునకు పైనగల ఉన్నతమనస్సులోకి ఉన్మీలనం పొందుటకు తోడ్పడే అవస్థా విశేషమిది.

విశాలతనుపొందిన మనోమయచేతన

శిరస్సు అదృశ్యమై అంతా నిరావరణమైనట్లు తోచడం మనోమయచేతన విశాలతను పొందినదాని లక్షణమే. మెదడువకుండే దేహస్ఫురణచే బద్ధం కాక మనోమయచేతన విస్తృతమూ, విముక్తమూ నైనదని అర్థం. మెదట్లో యీఅనుభవం ధ్యానంలో కనులు మూసుకొనివున్నప్పుడే కలిగినా క్రమేణా స్థిరపడి అవిచ్ఛిన్నంగా అన్నివేళలా నీకు స్ఫురించేస్థితి ఏర్పడు తుంది.

చైతన్యానుభూతి

శరీరంపై ఆధారపడక, శరీరంచే పరిమితంగాక అంతా నిరావరణమైనట్లు తోచెడి విశాలచైతన్యానుభూతియే ఆత్మచైతన్యానుభూతిగా యోగశాస్త్ర మందు పేర్కొనబడుతున్నది. తొలుత యిది ఎడనెడ స్ఫురిస్తూ మాయ మౌతూవచ్చినా క్రమేణా నీలో స్థిరంగా నిలిచిపోయి అనంతమూ,

అమృతమూనైన ఈ ఆత్మయే ఎల్లవేళలా నీవనే ఎరుకతో నీవుండిపోతావు.

ఆత్మతో అనుసంధానం

ఆత్మతో అనుసంధానం మనకు మొదట ఉన్నతమానసపుస్థాయిలో కలుగుతుంది. కాని అది ఏఒక్కస్థానానికో పరిమితమైఉన్న వస్తువుకాదు. విశాలతతో విస్తరించి ఉన్నట్లది సామాన్యంగా అనుభూత మవుతూవుంటుంది. అయినా, సహస్రారంలోనూ, దానికిపైననూ కేంద్రీకృతమైన చేతనగాకూడా దానిని అనుభూతమొనర్చుకోవచ్చు.

అధిమనస్సువరకూగల ఊర్ధ్వభూమికలు

ఉన్నతమనస్సు, దీప్తమనస్సు, ప్రబుద్ధమనస్సు, అధిమనస్సు—ఇవి మనోమయ, విజ్ఞానమయచేతనల నడుమనుండెడి ఊర్ధ్వభూమికలు. వీటికి ఆధారం ఏకత్వానుభూతియే. ఆత్మచే సృష్టింపబడిన యీ నానాత్వమంతా దాని ఏకత్వంచేతనే పరిపాలించబడుతూఉన్నది.

ఉన్నతభూమికలలోని అనుభూతిక్రమం

అనంతమైన ఏకత్వానుభూతియే ఉన్నతభూమికలన్నింటియందునూ అనుస్యూతంగా ఉన్నా, పైకిపోయినకొలదీ దృష్టిలో, చైతన్యశక్తిలో మార్పు వస్తూవుంటుంది. వెలుగు అంతకంతకూ చిక్కదనాన్నీ, శక్తినీ, సంతరించుకొంటుంది. ఏకముయొక్క క్రియాకలాపముల దర్శనపాటవం అంతకంతకు విస్తరిల్లుతూ జ్ఞాతవ్య కర్తవ్యములు మరింత సాకల్యంగా తెలియబడుతాయి.

పరాపరధ్రువాలకు అనుసంధానం

కుండలినీశక్తి సహస్రదళపద్మమున బ్రహ్మమును కలియుటకై పైకిలేచి నప్పుడు మూలాధారంతో దానికిగల సంబంధమును పూర్తిగా విడనాడుకో నక్కరలేదు. లోక మూలాధారమును, శిరస్సు బ్రహ్మరంధ్రమును అంటు నట్లు నిటారుగా నిలబడిన సర్వాకృతిలో అది రూపితమై వర్ణించబడి వున్నది. అన్నిచక్రములూ ఉన్మీలితములుకాగా పురుషుని యందలి పరా పరధ్రువాలకు, ఆత్మకూ, జడానికీ అనుసంధానం సమకూర్చే అనుభూతి అది.

ఉన్నత, దీప్త, ప్రబుద్ధమనోభూమికానుభూతులు

ఉన్నతమనోభూమికలో భావాత్మకజ్ఞానంగా ఉండినది దీప్తమనోభూమి కలో దీప్తజ్ఞానంగా మారుతుంది. ప్రబుద్ధమనోభూమికలో కలుగునది అత్యంతికమైన సాక్షిద్దర్శనం. కాని, మెరుపువలెతోచెడి దర్శనమిది. అంతః స్ఫురణలు, ఆవిష్కరణలు, హఠాద్వివేచనలద్వారమున ఇందలి జ్ఞానం సంయోజితమవుతూవుంటుంది.

అధిమనోభూమికలోని అనుభూతి

ప్రబుద్ధమనస్సుకు పైనిదైన అధిమనోభూమికలో దర్శనం దేశకాలసంబం ధములయందు అతివిస్తృతంగా విశ్వవిశాలమైఉంటుంది. అందు కొనసాగే సృష్టికార్యకలాపములుకూడా ఆమాదిరివే. అది సృష్టికర్తలైన దేవతల లోకం.

అధిమానస, అతిమానస భూమికల అనుభూతులు

అధిమనోభూమికయందలి సృష్టికర్తలైన దేవతలు సర్వమును దర్శించ గలవారే అయినా వారి దృక్పథాలు వేర్వేరుగా ఉంటాయి. అందుచే వారి సృష్టికార్యముల తీరుకూడ వేర్వేరుగానే వుంటుంది. అధిమనస్సున కతీత మైన అతిమానస విజ్ఞానమయభూమికయందీ వేరుతనముండదు. అచట వెలయునది సర్వసమగ్రమైన సామరస్యంతోకూడిన దర్శనం.

ఊర్ధ్వభూమికలలోని జ్ఞానలక్షణాలు

శిరస్సుపైనగల భూమికలలోని జ్ఞానతత్వం ఒక్కటే. కాని, ఉన్నతమన స్సులో కలిగేజ్ఞానం భావాత్మకంగా, వాగ్రూపంగా ఉంటుంది. ఉన్నత మనస్సుకు పైనిదైన దీప్తమనస్సులో జ్ఞానం ఒక విశిష్టమైన వెలుగునూ, శక్తినీ, ఆనందాన్నీ ప్రసరింపనారంభిస్తుంది. పైపైకి పోయినకొలదీ, లేక పైపైఅంతస్తుల జ్ఞానం క్రిందికి దిగివస్తున్నకొలదీ ఆ వెలుగుమొదలైనవి వృద్ధిచెందుతాయి.

వెలుగులో చిక్కదనం

దీప్తమనోభూమికలో తోచెడి వెలుగు మొదలైన వానిలో చిక్కదనముం డదు. వాటిచిక్కదనం ఇంకా పైపైకి ప్రబుద్ధ, అధిమనోభూమికలలోనికి పోయినకొలదీ ద్యోతకమవుతుంది. జ్ఞానముయొక్క శక్తిస్వభావములచే మార్చివేయగల చిక్కదనమది.

ఉన్నతభూమికల ఉనికి

ఉన్నతమనస్సునుంచి అధిమనస్సుపర్యంతమూ గల భూమికలన్నీ శిరస్సు

పైన తెలియబడుతాయి. అయితే యిదంతా చేతనలో ద్యోతకమగునదేకాని ప్రదేశంలో ఫలానిచోటుగా గుర్తించబడేది కాదు. ఈ ఉన్నతభూమికలే పరమసత్య మనుకోరాదు. పరమసత్యం వాటికంటె పైనిదైన అతి మానస విజ్ఞానమయ భూమికలోమాత్రమే లభిస్తుంది.

ఉన్నతభూమికలలో భావపరిణామం

ఉన్నతభూమికలలో భావం ఊర్ధ్వమునకారోహించినకొలదీ బుద్ధి ధర్మ మును విడనాడుతూ మొదట దీప్తమూ, పిమ్మట ప్రబుద్ధమూ, అటు పిమ్మట అధిమనోధర్మాత్మకమూనై తుదకు దాని కతీతమైనదాని అన్వేష ణలో అదృశ్యమవుతుంది. లేతనీలం ప్రబుద్ధమనస్సు వరకూగల భూమి కలకు చెందినవర్ణం. ఆపైన అది అతిమానస తేజస్సుతో బంగారుఛాయకు తిరగనారంభిస్తుంది.

భావం జ్ఞానప్రదాతకాదు. జ్ఞాన అనుసంధాత

భావం,జ్ఞానప్రదాత కాదు, జ్ఞాన అనుసంధాత మాత్రమే. అది అచేతనకూ పరచేతనకూ అనుసంధానం. అచేతననుండి ఆవిర్భవించిన జగత్తును భావం ఇంద్రియాతీతమైన జ్ఞానోపలబ్ధికై ప్రేరేపిస్తుంది. ఆ ఇంద్రియాతీత జ్ఞానం భావమునకు కూడా అతీతమైనది. భావం దానిని ఆహ్వానిస్తూ తదు పలబ్ధికై అవరచేతనను సిద్ధంచేస్తుంది.

అతిమానసస్థాయిలో భావపరిణామం

అతి మానస విజ్ఞానమయ ఆనందమయ, భూమికలలోని కెగసి అంతర్ధాన మయ్యే భావం రూపాంతరమును చెంది వాటిశక్తులను క్రిందికి గొని

తెచ్చుటకు సమర్థమౌతుంది. భావం అదృశ్యంకాగా మిగిలే నిశ్చల నీరవ తాత్మ స్థితిలోనికి అపుడాశక్తులు క్రమముగా క్రిందికి దిగివస్తాయి.

ప్రబుద్ధమనః ప్రబోధములు: అహంకారము

అహంకారం నిర్మూలంకాక పోయినా ప్రబుద్ధమనో భూమికనుండి ప్రబోధ ములను అందుకొంటూ వుండడమనేది సాధ్యమే. కాని ప్రబుద్ధమనో భూమికయొక్క విశాలతలో నివసించవలెనంటే మాత్రం అది అహంకార బంధమున తగుల్కొనివుండగా సాధ్యంకాదు.

ప్రబుద్ధచేతనలో నివసించవలెనంటే

ప్రబుద్ధచేతనలో నివసించవలెనంటే మొదట విశ్వచేతనలోనికి ఉన్మీలనం పొంది ఉన్నత, దీప్త మనోనివాసమును అలవరచుకోడం అత్యంతావ శ్యకం. ప్రబుద్ధచేతననుంచి ప్రబోధములను అందుకోడానికి ఇది అవసరం లేదు. సర్వత్రా ఉన్నది ఒక్కటే, అనెడిభావం కలిగి అంతర్మానసేంద్రి యములతో వివిధవస్తువులయు, వ్యక్తులయు సంసర్గమును పొందగలిగితే చాలు.

విశ్వచేతనలోని అంతస్తులు

విశ్వచేతనలో పెక్కు అంతస్తులున్నవి. అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనో మయ భూమికలు దానిలోనూ కలవు. ఉన్నత దీప్తమనోమయ భూమికలపై ప్రబుద్ధమనోమయభూమిక ఉన్నది. దాని పైభూమిక అధిమనోమయ భూమిక. దానికంటెనూ పైది అతిమానస విజ్ఞానమయభూమిక. అక్కడ నుండియే విశ్వాతీత స్థితి ప్రారంభమవుతుంది.

వ్యష్టిసమష్టిచేతనల మహాశివరాత్రి మేళన స్థానం

ప్రబుద్ధమనోమయ భూమికలో వ్యష్టి, సమష్టి చేతనలు పరస్పరం మేళనం పొందుతాయి. అవి రెండూ వేరనేభావం నశిస్తుంది. కనుకనే వ్యష్ట్య హంకారభూయిష్ఠుడు అచటికి చేరుకోలేడు. ప్రబుద్ధమనోమయ భూమిక నుండి ప్రబోధముల నందుకొనుటమాత్రమే కాక ప్రబుద్ధ మనోమయ భూమికలో నివసించుట సాధ్యపడవలెనంటే ముందుగా సమష్టి (విశ్వ)చేత నలో నివాసావశ్యకత అందుచేతనే ఏర్పడుతుంది.

సగుణనిర్గుణాత్మక పరతత్వానుభూతి

సచ్చిదానంద తత్వానుభూతిని విశ్వచేతనాభూమికలయందు ఒక విధమైన ప్రతిబింబితరూపమున పొందడం సాధ్యమే. అట్లుగాక, ఆ సచ్చిదానందపు నిజస్వరూపమున పూర్తిగా ప్రవేశించి సగుణనిర్గుణాత్మకమైన ఆపరత త్వములో ఐక్యమును పొందవలెనంటే విశ్వచేతనను అతిక్రమించిపోక తప్పదు.

ప్రబుద్ధమనస్సునందలి సత్యస్ఫూర్తులు

ప్రబుద్ధమనస్సుకు పరమసత్యముతో సాక్షాత్సంబంధమే ఉంటుంది. కాని అదిసమగ్రమైన సంబంధంకాదు. సత్యం ప్రబుద్ధమనస్సుకు మెరుపుల మాదిరిగ స్ఫురిస్తూవుంటుంది. ఆ మెరుపులే అచట ప్రబోధములుగా, అంతఃస్ఫూర్తులుగా రూపొందుతాయి. స్వతస్సిద్ధంగాఅవి సత్యస్ఫూర్తులే. కాని ఆస్ఫూర్తి సాధారణమనస్సుతో మిశ్రితమైనప్పుడు కొంత అసత్య మిశ్రణంకూడా కలుగకతప్పదు.

అధిమానస ప్రబుద్ధమానసభూమికల జ్ఞానలక్షణం

అధిమనస్సు అతిమానసమైన విజ్ఞానమయభూమికనుండి దివ్యసత్యమును గ్రహించి వివిధరూపములలో, వివిధశక్తివిన్యాసములలో దానిని విర జిమ్ముతూ తద్వారా వివిదలోకాలను నిర్మాణం చేస్తుంది. ప్రబుద్ధమనస్సు లోని జ్ఞానం దివ్యసత్యసంబంధియేకాని సమిష్ట్యాత్మకముకాదు. అనేక వ్యష్టిరూపములతో ఆ దివ్యసత్యమును మెరుపులుగా ప్రదర్శించడం దాని ముఖ్యలక్షణం.

అధిమనోభూమికలోని అంతస్తుల అనుభవం

అధిమనస్సులోకూడా పెక్కు అంతస్తులున్నవి. ప్రబుద్ధమనోభూమికనుండి విజ్ఞానమయభూమికవరకూ క్రమముగా విస్తరించుకొనివుండే అంతస్తు లివి. ఉన్నత, దీప్త, ప్రబుద్ధమానస సంబంధమైన అనుభవాలను పూర్తిగా పొందినఅనంతరం విశ్వచేతనానుభూతులనుపైతం సమగ్రంగా పొంద నేర్చినవారే ఈ అధిమానసభూమికావిశేషములను విశదముగా తెలియ గలుగుతారు.

సాధకునిపురోగతికి అంతరాయం

అధిమానస, అతిమానసభూమికలలోనికి ప్రవేశించడం కడు సులభమై నట్లుగా వాటిని మిక్కిలి చులకనచేసి కొందరు మాట్లాడడం జరుగుతూ వుంటుంది. అవరభూమికలలోని అనుభూతులను కొన్నింటిని అధిమానస, అతిమానసానుభూతులనుగా తలపోయడంవల్ల కలిగే భ్రమ ఇది. సాధ కుని పురోగతికి ఇందుమూలమున అంతరాయ మేర్పడడం సహజం.

అతిమానసభూమికలో జ్ఞానము-ఇచ్ఛ

అతిమానసభూమికలో జ్ఞానము, ఇచ్ఛ అవిభాజ్యముగ ఏకమైవుంటాయి. జ్ఞానేచ్ఛలలో ఏది సమగ్రం కావలెనన్నా అవి రెండూ ఒక్కటికావడం అవసరం. అతిమానసభూమికయందు అవి ఆరీతిగా ఒకదానిచేనొకటి ప్రభావితమవుతూ ఒక్కటిగ సమ్మిళితమైవున్నందువల్లనే వాటి ప్రభావం అమోఘం.

అతిమానస, అధిమానస, జ్ఞానముల భేదం

అతిమానసములోని జ్ఞానం పూర్ణజ్ఞానంకాగా, అధిమానసములోని జ్ఞానం పూర్ణజ్ఞానం కాదు. జ్ఞానమచట విభక్తమై సత్యమును భిన్నముఖములలో దర్శింపజేస్తుంది. కాని, అచట అసత్యములకు తావులేదు. అందలి జ్ఞానం సాధారణమనస్సుచేత దుర్వినియోగమైనప్పుడుమాత్రమే అసత్యవిలసనము నకు తావేర్పడుతుంది.

పరచేతన అవతరించే పద్ధతి

శిరస్సుపైనగల పరచేతన సాధారణంగా ఒకచక్రంనుండి మరొకచక్రానికి దిగివస్తూ క్రమేణా సమస్తసత్తనూ ఆక్రమిస్తుంది. ప్రారంభదశలో ఇది కొంత భిన్నంగా వుండవచ్చు కాని పైనుండి శాంతిఅనేది నీలోనికి దిగి రావడమేగాక, నీలో అంతటా స్థిరపడినమీదట ఈ ఆక్రమణం క్రమపద్ధతి లోనే ఇక సాగిపోతుంది.

పరమశాంతి అవతరణ

పరమశాంతి, పరమనీరవత శిరస్సుపైనుండియే క్రిందికి దిగిరావలసివున్నది. ఆవిధంగా అవి శిరస్సుపైనుండియే దిగివస్తున్నట్లు సాధకునకు ఒక్కొ-

క్కడప్పుడు తెలియకపోవచ్చు. శాంతి తనలో అభివ్యక్తమవుతున్నట్లు స్థిరపడుతున్నట్లు తెలుసుకోగలిగినా ఏరీతిగా ఎక్కడనుండి వచ్చినదో అతడు గ్రహింపలేకపోవడం సంభవమే. కాని, వాస్తవమునకు, పరచేతనకు సంబంధించినదంతా శిరస్సుపైనుండి దిగిరావలసినదే.

చైత్యపురుషోన్మీలనం జరిగినప్పటి పరిస్థితి

శాంతి, నీరవతలే కాదు, దివ్యజ్యోతి, దివ్యశక్తి, దివ్యజ్ఞానం, దివ్యదృష్టి, దివ్యానందం-అన్నీ శిరస్సుపైనుండి క్రిందికివచ్చునట్టివే. ఒకపరిస్థితిలో అవి లోపలనుండి రావడంకూడా సంభవమే. హృదయంలో చైత్యపురుషోన్మీలనం జరిగివుండే పరిస్థితి అది. అట్టి సందర్భంలో పైనచెప్పినవి మొదట చైత్యపురుషస్థానమునకు వచ్చి పిమ్మట అటనుండి ఇతరవిభాగములలో ఆవిష్కారం పొందవచ్చును.

అత్యంతప్రధానమైన రెండుమార్గములు

అంతరమునుండి ఆవిష్కరణము. ఊర్ధ్వమునుండి అవతరణము, ఇవి రెండూ యోగసిద్ధికి అత్యంత ప్రధానమార్గములు. బాహ్యమనః ప్రవృత్తులు భావావేశములతో కూడిన ఒకవిధమైన తపశ్చర్యతో ఇది కొంత ఒనగూడుతున్నట్లు తోచవచ్చునుగాని పైనచెప్పిన రెండు మార్గముల మాదిరిగా అది సుస్థిర, సమగ్ర ఫలితముల నివ్వజాలదు.

అంతర్ముఖ, ఊర్ధ్వముఖ ఉన్మీలనములు

యోగసాధన సుస్థిర, సమగ్రఫలితముల నివ్వగలందులకే పూర్ణయోగంలో ఉన్మీలనకు ప్రాధాన్యమివ్వబడుతున్నది. ఒకటి- అంతరికములైన మనో

మయ, ప్రాణమయ, అన్నమయచేతనలను అంతర్ముఖముగా అంత రాంతరమువగల చైత్యపురుషునిపై పునకు ఉన్మీలనం పొందించడం. రెండ వది– ఊర్ధ్వముఖముగా వాటిని మనస్సుకంటె అతీతమైన దానిదెసకు ఉన్మీలనం పొందించడం.

ఊర్ధ్వోన్మీలన ప్రయోజనం

ఊర్ధ్వమునకు ఉన్మీలనంవలన సాధకుడు అపారమైన శాంతి, నీరవతలనే కాక బృహత్తరమైన శక్తినీ, జ్ఞానమును, ఆనందమునుగూడా పొంద గలుగుతాడు. ఊర్ధ్వమునుండి యివన్నీ నీలోపలకు దిగివచ్చే అవకాశ మున్నది. అయితే, మొట్టమొదట శాంతి దిగిరావడమే శ్రేయస్కరం. లేనియెడల నీ బాహ్య ప్రకృతి ఆ బృహత్తర శక్త్యాదులను తట్టుకో జాలదు.

ద్వివిధ ఉన్మీలనములు – వాటి ఫలితములు

హృదయంద్వారా అంతర్ముఖోన్మీలనం భక్తిప్రేమలకు మూలకమై హృద దయాంతర్గతుడగు భగవానునితో మనకు వ్యక్తిగతమైన అంతరంగిక సంబంధాన్ని కలిగిస్తుంది.శిరస్సుద్వారా ఊర్ధ్వముఖోన్మీలనం సంపూర్ణమైన పరతత్వంతో మనకు సంబంధం కల్పించి దివ్యచేతన మనలో ఆవిష్కారం పొందడానికి దారితీస్తుంది.

దివ్యచేతన అవతరణక్రమం

మొదట నీలో శాంతి నెలకొన్నమీదట ఊర్ధ్వమునుండి దివ్యచేతన ఇక నీలోనికి క్రమముగా అవతరించి పనిచేయనారంభిస్తుంది. సాధారణముగా అది తొలుత శిరస్సులోనికి అవతరించి అంతశ్శుద్ధికేంద్రములకు అటు

పిమ్మట హృదయకేంద్రములోని కవతరించి అంతర్భావుక చైత్యసత్తకు విమోచనం కల్పిస్తుంది. అట్లే అటుతరువాత నాభికేంద్రాదులలోని కవతరించి అంతఃప్రాణమయసత్తకూ, మూలాధారములోని కవతరించి అంతర్భౌతిక సత్తకూ విమోచనం కలుగజేస్తుంది.

దివ్యచేతన అంతస్సత్తను తీర్చిదిద్దేతీరు

ఊర్ధ్వమునుండి దిగివచ్చిన దివ్యచేతన నీ అంతస్సత్తకు విమోచనం కల్పించడంతోపాటు నిర్దుష్టంగా దానిని తీర్చిదిద్దడానికికూడా కృషిచేస్తుంది. ప్రకృతి విభాగముల నొక్కొక్కదానినే గైకొని అట్లు తీర్చిదిద్దడంలో త్రోసిపుచ్చవలసిన దానిని త్రోసిపుచ్చుతూ ఉన్నతి కల్పించవలసినదానికి, ఉన్నతికల్పిస్తూ క్రొత్తగాసృష్టించవలసినదానివి సృష్టిచేస్తూ ప్రకృతియందంతటా వినూత్నసామరస్యం విలసిల్లేటట్లుగా చేస్తుంది.

సాధనపై చైత్యపురుషోన్మీలనప్రభావం

హృదయకేంద్రంలో చైత్యపురుషచైతన్యం ఉన్మీలితమై ముందునకువచ్చి పనిచేయ నారంభించేయెడల శిరస్సుపైనుండి దివ్యచైతన్యం నీలోని కవతరించి స్థిరపడే కార్యక్రమమంతా త్వరితంగా, సుకరంగా, నిరపాయంగా సాగిపోతుంది. హృదయంలో భక్తిప్రేమలూ, ఆత్మసమర్పణభావమూ ప్రబలినకొలదీ సాధన సత్వరపరిణతి నందుకోడానికి అది అత్యంత సహాయకారికావడం నిశ్చయం.

యోగసిద్ధికి ముఖ్యకీలకం

హృదయకేంద్రం అంతర్ముఖంగా దానివెనుకనుండే చైత్యపురుషుని

వైపునకూ, బుద్ధికేంద్రాలు ఊర్ధ్వముఖముగా వాటి పైనవుండే దివ్యచేతన వైపునకూ ఉన్మీలనంచెందడమే సాధనలో ముఖ్యముగా జరగవలసినది. ఇట్టి ఉన్మీలనంద్వారా చైత్యపురుషునకూ దివ్యచేతనకూ నడుమ అనుబంధ మేర్పాటుకావడమనేదే యోగసిద్ధికి ముఖ్యకీలకం.

చైత్యపురుషోన్మీలనం సాధించుటకు మార్గం

చైత్యపురుషచేతన ఉన్మీలనమగుటకు హృదయకేంద్రమున ఏకాగ్రతా సాధన మావశ్యకం. ఈశ్వరుడు మనలో అభివ్యక్తమై చైత్యపురుషుని ద్వారా మన ప్రకృతి పరివర్తన కధినేత కావలెననెడి ఆకాంక్ష దీనికి ముఖ్యం. ప్రార్థన, భక్తి, ప్రేమ, ఆత్మసమర్పణ ఈ సాధన కాధార భూతములు. మన మాకాంక్షించేదాని కవరోధకమైన దానినెల్ల త్రోసిపుచ్చ డంకూడా దీనితోపాటుగా జరగవలసివుంటుంది.

బుద్ధికేంద్రముల ఊర్ధ్వముఖోన్మీలనకుమార్గం

ఊర్ధ్వముఖముగా బుద్ధికేంద్రముల ఉన్మీలనం మొదట శిరస్సులోను పిమ్మట శిరస్సుకుపైనమూ చైతన్యమును ఏకాగ్రంచెయ్యడంవలన సాధ్యమవుతుంది. దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి, దివ్యతేజస్సు, దివ్యజ్ఞానం, దివ్యానందం నీలోని కవతరించవలెననెడి తీవ్రాకాంక్ష, తీవ్రేచ్ఛ దీని కవసరములు. మొదట అవతరించవలసినది శాంతి.

సాధకుల అనుభూతులలో భేదములు

దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి కలిసి కొందరు సాధకులలోనికి మొదట అవత రిస్తాయి. కొందరిలోనికి దివ్యతేజస్సు, కొందరిలోనికి దివ్యానందము,

కొందరిలోనికి దివ్యజ్ఞాన ప్రవాహము మొదట అవతరించడం కద్దు. కొందరికి మొదట ఊర్ధ్వమున ఈ దివ్యశాంత్యాదులు సాక్షాత్కారమై పిమ్మట వారచటికి ఆరోహించడమో లేక అవే వారిలోనికి అవరోహించడమో జరుగుతూవుంటుంది.

అనుభూతుల వైవిధ్యం

దివ్యచైతన్యం కొందరిలో శిరస్సు, హృదయం, నాభి, మూలాధారస్థానములలోనికి క్రమముగ అవతరించి శరీరమంతటా వ్యాపించవచ్చు. మరి కొందరిలో అట్టి అవతరణస్ఫూర్తి ఏమీ లేకుండ దివ్యశాంత్యాదుల ఉన్మీలనం మాత్రమే సంభవించవచ్చు. విశ్వచేతనలోనికి విస్తరణ కొందరిలో జరుగగా ఆకస్మికముగా విశాలతనొందిన బుద్ధిలోనికి జ్ఞానం పొర్లుకొని రావడం వేరొక కొందరిలో ఘటిల్లవచ్చు. ఎట్టి అనుభూతికైనసూ సాధకుడు సిద్ధమైవుండవలసినదే.

ఏకాగ్రతాసాధన ఫలించే రీతులు

చైతన్యమును ఒకస్థానంలో ఏకాగ్రమొనరించే సాధనఫలితం కొందరిలో ఆకస్మికంగా వెంటనే ఒక వెల్లువవలె పొర్లుకొనివచ్చినట్లు అనుభూతమైనా, అత్యధికసంఖ్యాకుల విషయంలో అది తప్పనిసరిగా కొంతకాలం తీసుకొంటుంది. ముఖ్యంగా, తగిన ఆకాంక్షచేతనూ, తపస్సుచేతనూ సాధకుని ప్రకృతి అదివరకే కొంత సన్నద్ధం చేయబడని పక్షంలో ఈ కాలవిలంబనం అనివార్యం.

పూర్వయోగపద్ధతుల తోడ్పాటు

పూర్ణయోగమందలి ఈ ఏకాగ్రతాసాధన ఫలించడానికి పూర్వయోగ పద్ధతులలో ఏఒకదానినైనా ఒక్కొక్కప్పుడు సహాయకంగా తీసుకోడానికి అవకాశమున్నది. ఉదాహరణకు, అద్వైతమార్గపు జ్ఞానసాధనలో, 'నేను మనస్సుకాదు, ప్రాణంకాదు, ఇంద్రియములుకాదు, శరీరంకాదు'–అంటూ మనః ప్రాణేంద్రియశరీరతాదాత్మ్యమును త్రోసిపుచ్చేపద్ధతి ఈరీతిగా ఏకాగ్రతాసాధనకు సహాయకారి కాగలిగినదే.

ప్రకృతిపురుషుల వేరొనర్చే సాంఖ్యపద్ధతి

ప్రకృతిపురుషులను వేరుచేసే సాంఖ్యులపద్ధతికూడా ఏకాగ్రతాసాధనకు సహాయకమే. మనస్సును సాక్షిస్థానంలో నిలిపి మనః, ప్రాణ, దేహ ప్రవృత్తినంతనూ తనకు సంబంధించనిదానివిగ పరిగణించడం ఇందు జరుగుతుంది. ఆ ప్రవృత్తిఅంతా ప్రకృతికి సంబంధించినదై ప్రకృతిచేత ప్రదర్శింపబడుతూవున్నదిగా సాధకుడు భావిస్తాడు. దీనిఫలితంగా ప్రకృతి వ్యాపారంకంటె తాను వేరనితలపోసే ఒకవిధమైన నిశ్చలనీరవ చైతన్యం ఆతనిలో పెంపొందుతుంది.

దివ్యశక్త్యవతరణం పూర్వాపరములు

ప్రకృతివ్యాపారంకంటె తాను వేరని తలపోసే నిశ్చల నీరవచైతన్యం సాధకునిలో మొదట పెంపొందడం జరిగినప్పుడు ఊర్ధ్వమునుండి పర చైతన్యపు దివ్యకాంతినీ, దివ్యశక్తినీ త్వరితముగా క్రిందికి గొనితెచ్చి సాధనమార్గమున అవ్యాహతంగా పురోగమించడం సుకరమే అవుతుంది. కాని తరచుగా సాధకుని ఆకాంక్ష ననుసరించి తొలుత దివ్యశక్త్యవత

రణం జరిగి ఆ శక్తిద్వారా ఆయాపరివర్తనములు సాధించ బడుటయూ కలదు.

సద్గురుసహాయావశ్యకత

దివ్యశక్త్యాదులు క్రిందికి అవతరించి తనలో పనిచేసెడిసందర్భములో సాధకుడు కేవలం స్వబుద్ధిమీదనే ఆధారపడక సద్గురువునాశ్రయించి సమస్తమూ ఆయనకు నివేదిస్తూ ఆయన నిర్ణయానుసారంగా నడుచుకొనడం అత్యంతావశ్యకం. ఏలనంటే, ఇట్టి సందర్భములలో దివ్యశక్త్యాదుల అవతరణచే ఉద్రిక్తములైన అవరప్రకృతిశక్తులు సాధారణముగా వాటితో మిళితములై వాటిని స్వప్రయోజనముల కొరకు వినియోగించు కొనడం జరుగుతూ వుంటుంది.

అసురశక్తుల వంచనావృత్తి

అసురశక్తులు కొన్ని తామే సాక్షాత్తుగా భగవంతుడైనట్లు నటిస్తూ సాధకుని తమ చెప్పుచేతలలో నుంచుకోడానికి ప్రయత్నించడం తరుచుగా జరుగుతూవుంటుంది. వీటినిగనుక అతడు ఆమోదించినట్లయితే కడు విపత్కరపరిణామముల కది దారితీయడం నిశ్చయం.

సమర్పణ భావప్రాధాన్యం

అసురశక్తుల రాక్షసీమాయ అసాధారణమైన నేర్పుతో పెక్కు భ్రమలను కల్పిస్తూవుంటుంది. అహంకారం ధరించగల మాయముసుగులకు అంతు లేదు. హేతువాదప్రజ్ఞ సరియైనమార్గం చూపలేకపోగా తరచు మనపాలిటి విద్రోహిగాకూడ తయారవుతుంది. ఏ ప్రబలాకర్షణలోనైనా పడిపోయేటట్టు

చెయ్యడానికి ప్రాణకోశకామనలు మనలో ఎప్పుడూ సిద్ధంగానేవుంటవి కదా! కనుకనే సమర్పణభావమునకు పూర్ణయోగంలో విశేషప్రాధాన్యం.

సాధన నిరుపద్రవంగా సాగవలెనంటే

హృదయకేంద్రం పూర్తిగా వికసించి చైత్యపురుష చైతన్యం నిత్యోప స్థితమైవుంటే ఏచిక్కులూ రావు. అంతా భద్రంగానే సాగిపోతుంది, కాని, అవరప్రకృతివృత్తులు ఏక్షణంలోనైనా పెల్లుబికి చైత్యపురుషచైతన్యాన్ని మరుగుపరచవచ్చును. ఇట్టి ప్రమాదములకు గురికానివారు కడు కొలది మందిమాత్రమే. కావున, ఈశ్వరతాదాత్మ్యం పొంది ఈశ్వరస్థానీయమైన సద్గురుని సహాయా సాధకులకు సామాన్యతః అత్యంతావశ్యకం.

క్రిందికి దిగివచ్చేది భూమికకాదు

ఈశ్వరసన్నిధి, దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి, దివ్యజ్యోతి, దివ్యానందం, ఇవే సర్వసామాన్యంగా క్రిందికి దిగివచ్చి సాధకుని అవరప్రకృతిని రూపాంతరం చెందిస్తాయి. దిగివచ్చేది భూమిక కాదు. భూమికతాలూకు శక్త్యాదులు. ఆరీతిగా అవి దిగివచ్చినప్పుడు భౌతికాధ్యాత్మికముల నడుమనుండే తెర తొలగిపోతుంది.

భగవద్రసానుభూతి

యోగసాధనలో మన కళిరుచిని పెంపొందించేది భగవద్రసానుభూతి, దివ్యచైతన్యరసానుభూతి. అనగా, అంతరంగికశాంతిలో, నిశ్చలనీరవ తలో, అంతకంతకూ పెరిగే దివ్యజ్ఞానానందశక్తి విశేషములతో తొణికిస లాడెడి రసానుభూతి. మనలో అంతరంగికచైతన్యం ఉన్మీలితమైనప్పుడు

ఇట్టి రసానుభూతివిశేషముల నెన్నింటినో నిరవధికంగా మనం పొంద గలుగుతాము.

కావ్యరసానుభూతిలో దివ్యరసానుభూతి

కవిత్వం, చిత్రలేఖనం, మొదలైనవానిలోకూడా రసమున్నది. కాని, యీ ప్రవృత్తులు నీయందలి దివ్యశక్తి క్రియాకలాపములలో అంతర్భాగం కాగలిగినప్పుడే వాటి యథార్థమైనరసం నీ కనుభూతమవుతుంది. కావ్యాదుల రసంలో దివ్యరసానుభూతి పొందుతూ దివ్యశక్తి క్రియాకలాపమందలి రసానందాన్ని దానిలో నీవు గుర్తించడం నేర్చుకో.

యథార్థరసానుభూతికి మార్గాలు

యథార్థమైన రసాన్ని నీవు అనుభవించగలిగేది విమోచనమును సాధింప నేర్చినప్పుడే. బాహ్యచైతన్యప్రవృత్తులనుండి వేరుపడి నిష్క్రియమూ, నీరవమూనైన అంతఃపురుషచైతన్యానుభూతిని పొందడం తొలివిమోచనం. అటుతరువాత అట్టి నిష్క్రియ, నీరవ చైతన్యానుభూతితోపాటు కర్మప్రవృత్తియందుసైతం విమోచనానందమును పొందడంవంటి ఇతర విమోచనానుభూతులనుకూడా క్రమేణా పొందగలుగుతావు.

ఆకాంక్షవలన జరిగేపని

ఊర్ధ్వమునగల దివ్యచైతన్యం సరిగా మన ఆకాంక్షప్రకారమే క్రిందికి దిగిరావడం జరగకపోవచ్చు. అట్లని మన ఆకాంక్ష నిరుపయోగమవుతుందని చెప్పడానికి వీలులేదు. ఆకాంక్ష మనచేతనను సదా ఉన్మీలితమొనర్చివుంచుతూ దివ్యచైతన్యము నొకవిధంగా క్రిందికి ఆకర్షిస్తూవుండడమనేపనిని నిర్వహిస్తూనేవుంటుంది.

దివ్యచేతన అవతరించే విధానం

దివ్యచేతన సాధకునిలోనికి అవతరించినప్పుడు దానిలో కొంత బాహ్య చేతనయందు నిల్వచేయబడుతుంది. కొంత అంతశ్చేతనలోనికి చొచ్చి బాహ్యప్రవృత్తి కాధారభూతంగా అచట వుండిపోతుంది. కొంత వెలుపలకు విశ్వప్రకృతిలోనికి ప్రవహిస్తుంది. కొంత అచేతనలోనికి యింకబారి వ్యష్టిచేతనకు అందుబాటులో లేనిదవుతుంది.

దివ్యశక్త్యవతరణం రెండుపనులకోసం

అవరప్రకృతిని రూపాంతరం చెందించడానికీ, ఉపకరణంగా చేసుకొని దివ్యకార్యం కొనసాగించడానికీ,— ఈరెండు పనుల నిమిత్తమూ దివ్యచైతన్యశక్తి క్రిందికిదిగివస్తుంది. తనలో యీరెండుపనులూ జరుగుతున్నట్లు సాధకునకు మొదట తెలియదు. పిమ్మట తనలో దివ్యశక్తి పనిచేస్తున్నట్లు గుర్తించినా అది ఏవిధంగా పనిచేస్తున్నదో తెలుసుకోలేడు. కట్టకడకు అంతా విశదంగా తెలియగలుగుతాడు.

సాధకుల సాధారణానుభవం

దివ్యచైతన్యశక్తి మొట్టమొదటగా శిరస్సున కూర్ధ్వభాగమునుండి దిగి రావడమనేదే సర్వసాధారణంగా సాధకుల అనుభవం. తొలుత అది శిరస్సు నావరించి శిరస్సుపై ఒత్తిడి కలుగజేస్తుంది. పిమ్మట కపాలమును భేదించుకొని లోనికిచొచ్చి మెదడును, ఫాలభాగమును, అటుతరువాత శిరస్సునంతనూ ఆక్రమిస్తుంది. అనంతరం క్రమంగా ఒక్కొక్క చక్రస్థానంలోనికి అట్లే దిగివస్తూ కడకు శరీరమంతటా పరివ్యాప్తిని పొందుతుంది.

ప్రాణేంద్రియప్రవృత్తుల అవరోధం

దివ్యచైతన్యశక్తి శిరస్సులోనికి అవతరించిన పిమ్మట కంఠంద్వారా వక్షస్థలంలోనికి వచ్చి అనంతరం ప్రాణేంద్రియ ప్రవృత్తుల అవరోధంఫలితంగా నాభిస్థానంవద్ద నిలిచిపోవడం పెక్కుమంది సాధకుల విషయంలో సామాన్యంగా జరుగుతూవుంటుంది. ఆ అవరోధం తొలగిన పిమ్మట ఇక ఆశక్తి కదమప్రయాణం చెయ్యడం ఏమంత కష్టంగాదు.

అవతరణలక్షణం

దివ్యచైతన్యశక్తి కొందరిలోనికి ఒక వెల్లువలాగా వచ్చిపడుతుంది. కొందరిలో ఒక క్రమపద్ధతిననుసరించి అభివృద్ధిచెందుతుంది. దివ్యజ్ఞానానందాదులు కంటె ముందుగా దివ్యశాంత్యవతరణం తరుచుగా జరుగుతూ వుంటుంది. తాను ముందు దిగివచ్చి తక్కినవాని అవతరణకు సర్వమునూ సిద్ధంచెయ్యడం దానిలక్షణం.

పూర్ణయోగంలో చక్రముల వికసనక్రమం

నాభికమలమును, దాని క్రిందిచక్రములను వికసింపజేయడంలో మితిమీరిన తొందరపాటు కూడదు. పూర్ణయోగంలో పైనుంచి క్రిందికి దిగివచ్చే దివ్యచైతన్యం మొదట శిరస్సునందలి చక్రములలోను, పిమ్మట హృదయకమలంలోను సుప్రతిష్ఠితము కావలసివున్నది. ఒడుదుడుకులు లేకుండా దిగువ చక్రములను మూడింటినీ అటుతరువాత వికసింపజేయడం సులభతరం.

ధ్యానైకాగ్రతాఫలితముల విస్తరణ

హృదయస్థానంలోని ధ్యానైకాగ్రతాఫలితం శిరస్సునకు విస్తరించి అచట కొన్ని కదలికలను పుట్టించడం సర్వసామాన్యమైన అనుభవమే. ధ్యానైకాగ్రత ఏచక్రస్థానమున సంఘటిల్లినా తత్ఫలితంగా ఉత్పన్నమైన యోగశక్తి ఇతరచక్రములకుగూడ విస్తరిల్లి అచట కొన్ని ఫలితములను సాధించడం విడ్డూరమేమీ కాదు.

ఆలోచనాప్రవృత్తుల ఆకస్మిక స్తంభన

ఆలోచనాప్రవృత్తులన్నీ ఆకస్మికంగా నిలిచిపోవడం సాధనలో చక్కని పురోగతిలక్షణమే. అంతర్మౌనస్థితిని పొందే సామర్థ్యం సాధకునిలో పెంపొందడానికది ప్రారంభమన్నమాట. ఆలోచనాప్రవృత్తులీవిధంగా నిలిచిపోవడం మొదట కొద్దిక్షణాలపేపే జరిగినా, క్రమేణా దాని వ్యవధి విస్తరిల్లుతుంది.

అచంచలతాస్థితి

ఆలోచనాప్రవృత్తులన్నీ పూర్తిగా నిలిచిపోయిన అంతర్మౌనస్థితి సాధనలో మొట్టమొదటగానే సిద్ధించదు. మొట్టమొదటగా సాధ్యమయ్యేది ఒకవిధమైన అచంచలతాస్థితి. అనగా, అసంబద్ధమైన ఆలోచనలతో కూడిన చిల్లరమల్లరప్రవృత్తులందు నిమగ్నతకు మారుగా సాధనాలక్ష్యమందు ఏకాగ్రత అలవడడమన్నమాట.

ఏకాగ్రతకు భావన సహాయకారి

సాధనలక్ష్యమందు ఏకాగ్రతకు భావన మంచి సహాయకారియే. ఈశ్వరుడు

సర్వత్రా ఉన్నారనెడి మానసికభావన, దృఢమైన ఆ స్థిక్యబుద్ధితో పాటుగా ఆత్మార్పణప్రవృత్తిని నీలో పెంపొందించగలిగితే అది నీకెంతగానో మేలు చేకూరుస్తుంది.

వెలుగును చూచే చోట్లు

హృదయస్థానంలో వెలుగుచూడడానికి చాలాలోతుకు పోవలసివుంటుంది. అలా కాకుండా యితరస్థలములలో వెలుగుచూడడానికి వీలున్నది. భ్రూమధ్యం అంతర్దర్శన కేంద్రంగనుక అచట యీ వెలుగు తరచుగా మొట్టమొదట చూడబడుతూవుంటుంది. అందుకు ఆ కేంద్రం కొంచెముగా విచ్చుకొంటేచాలు. వెలుగును తరచుగా శిరస్సుపైన శిరస్సుచుట్టూ చూడడం కూడా కద్దు.

చక్రములు విచ్చుకొన నారంభించినప్పుడు

చక్రములు విచ్చుకొన నారంభించినప్పుడు భ్రూమధ్యస్థానమున సూక్ష్మ దర్శనంద్వారా వెలుగులను రూపములను చూడడం, హృదయస్థానమున చైతన్యానుభూతులను, దర్శనములను పొందడం మొదలైనవి తరుచుగా జరుగుతూవుంటాయి. క్రమేణా సాధకుడు బాహ్యపురుషుని కంటే వేరైన తన అంతఃపురుషస్వరూపమును గుర్తించి అత్యంతగంభీరానుభూతులతో కూడిన యోగచైతన్యనిష్ఠుడు కాగలుగుతాడు.

దివ్యచైతన్యశక్తివలన కలిగే ఒత్తిడి

పైనుండి దిగివచ్చే దివ్యచైతన్యశక్తివలన కలిగెడి ఒత్తిడి పలువిధములు. స్పందనములుగా, తరంగములుగా, ప్రవాహికలుగా, విశాలమైనవెల్లువగా,

వావజల్లుమాదిరిగా ఇట్లనేకరూపములలో అది మూలాధారంవరకూ వివిధ చక్రస్థానములను దాటుతూ శరీరమంతాకూడా వ్యాపిస్తుంది. నీలో ఏదో నిర్మాణం చేయదలపెట్టి నప్పుడది చక్రనేమిక్రమంలో పరిభ్రమించడం కద్దు.

ఉన్మీలనకు దోహదంచేసే మానసికస్థితి

దివ్యచైతన్యపు శాంత్యానందతేజశ్శక్తులు అందరిలోనూ ఊర్ధ్వమున ప్రచ్ఛన్నముగా మరుగుపడివున్నాయి. అవి క్రిందికి దిగిరావడానికి సాధకునిలో ఒకవిధమైన ఉన్మీలనం ఆవశ్యకం. మనస్సు అచంచలమై పైనుండి దిగివచ్చేది దానికొరకు కర్తృత్వరహితముగా ఏకాగ్రభావమున నిరీక్షించుట నలవరచుకోడం దీని కత్యంతసహాయకం.

దివ్యశక్తి ఒత్తిడితీవ్రతను భరించే ఉపాయం

పైనుండి దిగివచ్చే దివ్యశక్తి ఒత్తిడి చాల తీవ్రమై భరించరానిదైనప్పుడు దానిని తట్టుకొనే ఉపాయం నీ చేతనను విశాలపరచుకోడమే. శాంతి, నీరవతలతోపాటు విశాలతకూడా నీలో ఏర్పడినప్పుడు ఎంతటి శక్తి ఒత్తిడినైనా అవలీలగా నీవు తట్టుకోగలుగుతావు. దీనికి కొద్దిపాటి అభ్యాసంచాలు.

శారీరకమైన అలసట

సాధనలో శారీరకమైన అలసట అనేకకారణాలవలన కలుగవచ్చు. శరీరం భుక్తపరచుకోగల దానికంటె ఎక్కువగా నీవు శక్తులను గ్రహించడంవల్ల యీ అలసట కలుగడానికి వీలున్నది. అట్టి సందర్భంలో

బలాన్ని కూడదీసుకోడానికి మాత్రమే పైనుండి శక్తులను గ్రహిస్తూ అచలచైతన్యమున విశ్రాంతి గైకొనడం శ్రేయస్కరం.

జడత్వం వర్జనీయం

ఉపేక్షాభావం ఒకవిధమైన జడత్వంగా పరిణమించడంకూడా సాధనలో శారీరకమైన అలసటను కలుగజేయవచ్చు. జడత్వం సాధకునిచేతనను భౌతికస్థాయికి దిగజార్చి అలసటను కలిగిస్తూ తమస్సులో కూరుకొనిపోయేటట్లు చేస్తుంది. సత్యచేతనను చిక్కబట్టి తమస్సునందుగాక ఆ చైతన్యమునందు విశ్రాంతి గైకొనడమే దానికి తగిన పరిహారోపాయం.

శారీరకశక్తిని జాగ్రత్తగా వాడుకోడం అవసరం

తగిననిద్ర, విశ్రాంతి శరీరానికి యివ్వకపోవడం వలనకూడా శారీరకమైన అలసట కలుగుతుంది. సాధనకు శరీరం ఆధారం. కాని, దానిశక్తి పరిమితమైనందున దానిని జాగ్రత్తగా వాడుకోడం అవసరం. విశ్వప్రాణశక్తినుండి దానిని పూరించుకోడానికి అవకాశమున్నా, దానికిపైతం పరిమితి వున్నది. కనుక సత్వరాభివృద్ధి కొరకైన తొందరపాటు నిన్ను అతిలోనికి లాగకుండ జాగ్రత్తపడడం శ్రేయస్కరం.

తలత్రిప్పు మొదలైనవి

తలత్రిప్పు, బలహీనత మొదలైనవి సాధనలో రాకూడదు. వచ్చాయంటే శరీరం హరాయించుకోగల దానికంటె ఎక్కువశక్తి పైనుండి క్రిందికి లాగబడుతున్నదన్నమాట. అట్టి సందర్భాలలో ఆ సంక్షోభమణిగి తగిన సాయి ఏర్పడేపర్యంతమూ విశ్రాంతి గైకొనడం అత్యంతావశ్యకం.

ప్రతికూలశక్తుల ప్రతిఘటనఫలితాలు

దివ్యశక్తినిగాని దివ్యతేజస్సునుగాని క్రిందికి గొనితెచ్చునప్పుడు పురుషుని యందలి ఏవిభాగమైన అందుకు సిద్ధంగా లేకపోయినా, లేక దానిని ప్రతి ఘటించినా, లేక దిగివచ్చే శక్తులకూ, శరీరంలోని ప్రతికూలశక్తులకూ సంఘర్షణ ఏర్పడినా, ఒడలు మంటలు తలనొప్పి మొదలైనవి కలుగుతూ వుంటాయి.

ప్రతిఘటనకు కారణం దివ్యశక్తి ఒత్తిడి

పైనుండి కలిగే దివ్యశక్తిఒత్తిడివలన కాదు ప్రతిఘటన మేర్పడేది. ప్రతి ఘటన లేకుంటే తలనొప్పి వచ్చేదికాదనేది సరియైనమాటగాని, తలనొప్పి వలన ప్రతిఘటన మేర్పడిందనేది సరియైన మాటకాదు. దివ్యశక్తిఒత్తిడి వలననే ప్రతిఘటన మేర్పడుతున్నదని నీవు భావిస్తున్నంతకాలం ఆభావ వయే నీలో ప్రతిఘటనను జనింపజేయవచ్చు.

దివ్యశాంత్యాదుల రాకపోకలు, స్థిరత్వము

దివ్యశాంతి నీలోనికి దిగివచ్చి అంతటా స్థిరపడినప్పుడు ఇక దానికి రాక పోకలనేవి ఉండవు. అటుపిమ్మట దివ్యశక్తి, దివ్యజ్ఞానం, దివ్యానందం మొదలైనవికూడా అట్లే నీలో స్థిరపడేవర్యంతమూ వాటికి ప్రారంభదశలో రాకపోకలు వుండవచ్చు.

బలమైన ఆధారం ఆవశ్యకత

ఊర్ధ్వభూమికలనుండి ఏవి క్రిందికి దిగిరావడం ప్రారంభించినా వాటిని

భరించడానికి క్రింద బలమైన ఆధారం వుండాలి. కనుకనే శాంతి మొదట క్రిందికి దిగివచ్చి ధృడంగా పాదుకొనడం అవసరం. అటుతరువాత యిక ఎన్నిదిగివచ్చినా పరవాలేదు. భరించే దార్ఢ్యం అన్నిటికంటే ముఖ్యం.

ఏకమైన పరతత్త్వపు తొలిఆవిష్కారం

సాధనలో ఊర్ధ్వమునుండి శాంతి అవతరించేస్థితి మంచి అభివృద్ధినే సూచి స్తుంది. తరువాత అవతరించవలసినది బలం. క్రమేణా శాంతి, బలం ఒక్కటైపోతాయి. సాధకునిలో అది పాదుకొనడమే ఏకమైన పరతత్త్వపు తొలి ఆవిష్కారం. ఆనందమూ, తేజస్సూ వాటంత తేలికగా తొందరగా అతనిలో పాదుకొనవు. క్రమక్రమంగా అభివృద్ధి చెందవలసివున్నది.

అంతర్మౌనస్థితి క్రమపరిణామం

సాధకునిలో అంతర్మౌనస్థితి ఏర్పడే ప్రారంభదశయందు ఏభావావేశము, ఏమానసిక ప్రవృత్తి లేని మౌనానుభవం మాత్రమే ఉంటుంది. క్రమంగా అది మరింత గాఢమైనప్పుడు బౌద్ధుల నిర్వాణస్థితినిగాని వేదాంతుల ఆత్మ బోధనుగాని సాధకుడు పొందవచ్చు. శక్త్యానందముల అవతరణం అట్టి అంతర్మౌనస్థితిని మరింత సుసంపన్నంచేస్తుంది.

అంతర్మౌనము - జ్ఞానోపలబ్ధి

అంతర్మౌనస్థితి ఏర్పడినంతనే జ్ఞానోపలబ్ధి కలుగుతుందని తలంచరాదు. పైనుండి ఏది దిగిరావడానికైనా అనుకూలపరిస్థితిని మాత్రమే అంత ర్మౌనం సూచిస్తుంది. అంతేనేగాని అంతర్మౌన మేర్పడినదేతడవుగా అన్నీ వాటంతటవి తప్పనిసరిగా దిగివస్తా యనుకోకూడదు.

విశ్వచేతనోన్మీలనకు తగిన తరుణం

మనస్సున కతీతమైన దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి, దివ్యతేజస్సు, కొంత దిగి వచ్చినమీదట విశ్వచేతనోన్మీలనమై అందు మనస్సున కతీతమైన ఉన్నత భూమికల అనుభూతి కలగడం సామాన్యమైనపద్ధతి. అట్లుగాక పెక్కు-మందిలో దివ్యశాంత్యాదుల పునాది లేకుండానే విశ్వచేతనోన్మీలన జరగడం కద్దు. అట్టి పరిస్థితియందు కలుగునవి అవ్యవస్థితానుభూతులు మాత్రమే.

ఆత్మసంబంధమైన నిశ్చలనీరవతానుభూతి

పైనుండిదిగివచ్చే నిశ్చలనీరవత, శాంతి ఆత్మకు సంబంధించినవే. ఆనీరవత యందు దర్శనశక్తిఉంటుంది. కాని మనస్సు పనిచేయదు. విషయ గ్రహణం వుంటుంది. కాని అది నీలో ప్రతిస్పందనలను కలిగించదు. ప్రకృతి కార్యకలాపమునందు తగుల్కొనక నేరుగా స్వతస్సిద్ధంగా ప్రత్యేక వస్తువై విరాజిల్లుతూవుండే ఆత్మానుభూతి అది.

నిశ్చలనీరవతానుభూతి; మనోవృత్తులు

ఆత్మసంబంధమైన నిశ్చల నీరవతానుభూతియందు ఆలోచనలు పైతమూ కదలాడవచ్చు. కాని, అవి ఆ నీరవతను భంగించవు. ఆలోచించే మనస్సు కంటే వేరై వుంటుంది ఆత్మ. పూర్వవాసననుబట్టి "నేను ఆలోచిస్తున్నాను." అనేభావం యీస్థితిలో వుండవచ్చు. 'ఆలోచనలు నాలో సంభవిస్తున్నాయి'– అనేది సంపూర్ణమైన నిశ్చలనీరవతలో నీకు కలిగేస్ఫురణ. అందు విషయములతోగాని వృత్తులతోగాని తాదాత్మ్యం వుండదు.

నిక్కమైన ఆత్మానుభూతి

నిక్కమైన ఆత్మానుభూతియందు సుఖదుఃఖముల స్పర్శ ఉండదు. కామ గంధముఃలేని బృహత్తరమైన శాంతితో బాహ్యపురుషుని ఆలోచనలను పిల్లల ఆట చూచినట్లు చూడగలిగే అనుభూతి అది. అట్టిఅనుభూతిని నీవు ఎంతగా పొందగలుగుతూవుంటే అంతగా నీవు సాధనపథంలో సుస్థిరుడ వవుతున్నా వన్నమాట.

ఈశ్వరునితో తాదాత్మ్యం

నిక్కమైన ఆత్మానుభవస్థితియందు దివ్యానుభూతుల నన్నిటినీ నీవు పొంద గలుగుతావు. పరమేశ్వరునితో, దివ్యజ్ఞానానందతేజోబలాదులతో, శ్రీమాత దివ్యశక్తి విలసనముతో తాదాత్మ్యం నీకు లభిస్తుంది. మొదట్లో యిది స్థిరంగా నిలువకపోయినా స్థిరత్వాన్ని నీవు క్రమేణా పొందుతావు.

ఆత్మానుభవము, అహంవృత్తి

ఆత్మోపలబ్ధి పూర్వకమైన శాంతి,నీరవత నీలోనికి దిగివచ్చినప్పుడు అహం వృత్తి వుండదు. వాటి విశాలతలో అది విలీనమైపోతుంది. అయితే ఇది అచలాత్మానుభవస్థితియందు మాత్రమే. సచలాత్మానుభవస్థితియందు అహంవృత్తి పూర్వాభ్యాసమునసనుసరించి పొటమరిస్తూనే వుండవచ్చును. అప్పుడు దానిని నీవు జాగరూకుడవై నిరాకరించనేర్చుకోడం అవసరం. అలా నిరాకరించినకొలదీ అహంవృత్తిరాహిత్యం నీలో మరింతగా దృఢ పడుతుంది.

వ్యక్తిత్వభావరహితమైన విస్తృతాత్మానుభవం

శాంతి, విశాలత అంతటా సాధకునిలో కుదురుకొన్నప్పుడు వ్యక్తిత్వ స్ఫూర్తి అంతర్ధానంకావడం అసహజం కాదు. శాంతి విశాలతలే తాననెడి భావం అట్టిస్థితిలో అతడు పొందుతాడు. ఈ "తాను" వ్యక్తిత్వభావంతో కూడిన 'తాను' కాదు. తనతోపాటుగా ప్రతివారియందూ విస్తరించి వున్న 'తాను'. ఎల్లరితోనూ తాదాత్మ్యం చెందుతూ ఈశ్వరునిలో అంతర్భాగమై విలసిల్లే 'తాను' అటుపిమ్మట అనుభవానికి వస్తుంది.

విశాలత — అహంకారము

విశాలత పరచేతనకు సంబంధించిన దైనప్పుడే అహంకారం అంతరిస్తుంది. అట్లుగాక అది సమష్టి మనః, ప్రాణ, అన్నమయసత్తా సంబంధమైన విశాలతయై తత్కార్యములకు సాధకుడు ప్రతిస్పందించడం జరుగుతూ వుంటే అహంకారవిమోచనం కలుగదు. పైపెచ్చు అది మరింతగా ప్రకోపిస్తుంది. చైత్యపురుషావబోధం కలిగినవారికీ ప్రమాదం వుండదు.

చైత్యపురుషుని ముఖ్యలక్షణం

శాంతి అనునది ఆత్మకు ప్రధానలక్షణముగాని చైత్యపురుషునకు గాదు. జీవహృదంతరాళమునగల ఒకానొక దివ్యాంశ చైత్యపురుషుడు. సమస్తమునూ ఈశ్వరాభిముఖంగా మరల్చి విశుద్ధి, ఆకాంక్ష, భక్తి, వివేకము, మున్నగువానితో కూడిన జ్వాలను దరికొల్పుతూ సకలప్రకృతినీ క్రమక్రమముగా పరివర్తన మొందించెడి శక్తి ప్రకటనమే చైత్యపురుషుని ముఖ్యలక్షణం.

చైత్యపురుషస్థానమును అందుకోవలెనంటే

చైత్యపురుషస్థానమును చేరవలెనంటే, చైత్యపురుషస్థానమున నిమగ్నుడవు కావలెనంటే, హృదయంలోనూ, ప్రాణకోశంలోనూ శాంతినీరవతలను చిక్కబట్టుకోడం అత్యంతావశ్యకం. ఏలనంటే బహిర్ముఖములూ, అహంకారపూరితములూనైన ప్రాణకోశపుటలజడులు, కామనలు, భావావేశములు చైత్యపురుషుని మరుగువడజేసే ముసుగులు.

శమము తమస్సు

పైనుండి శాంతి అవతరించినసందర్భంలోనే దానికి ప్రతిక్రియగా క్రిందనుండి ఒకవిధమైన మాంద్యం ఆవహించడంకూడా కద్దు. అట్టి మాంద్యస్థితిలోనే అవచేతనయందలి పూర్వవాసనలు పైకి పొటమరిస్తాయి. శమప్రధావ అశాంతీ తమః ప్రధానమైన యీమాంద్యమూ రెండూ ఒకవిధంగా పరస్పరం వెలుగునీడల వంటివి. పరప్రకృతికి స్థాయి శమముకాగా అవరప్రకృతికి స్థాయి తమస్సు.

అంతఃపురుషుని వేరుతనం

అంతఃపురుషుడు తాను బాహ్యప్రకృతికంటే వేరనెడి భావమున సుప్రతిష్ఠితుడైనపుడు బయటినుంచి తమస్సు మహాసముద్రమువలె వచ్చిపడినా ఆ వేరుతనానికి భంగంరాదు. అట్టి సుస్థిరత్వాన్నే యోగసాధనలో మొట్టమొదటగా సంపాదించుకోవలసివున్నది. అంతర్విభాగములలో శాంతి నెలకొనడం జరిగినప్పుడు ఆవేరుతనం సర్వసామాన్యంగా అలవడుతుంది.

దివ్యశక్త్యవతరణాదులు సక్రమంగా సాగేస్థితి

అంతఃపురుషుడు తన వేరుతనమున భద్రముగా ఉన్నప్పుడు తమస్సులో కూరుకొనిపోవడం, విషాదమున క్రుంగడం మొదలైన చిక్కులేవీ సంభవించవు. దివ్యశక్త్యవతరణం మొదలైనవన్నీ సక్రమంగా క్రమక్రమమున సాగిపోతాయి. బాహ్యపురుషుడు క్రమమార్గంలో నడపించవలసిన యంత్రమువంటివాడవుతాడు.

శమము తమస్సు జ్యోతి

తమస్సు శమముగా పరాప్రకృతి సంబంధమైన దివ్యశాంతిగా మొదట రూపాంతరం చెందాలి. పిమ్మట ఆశమము తపస్సుచేతనూ, జ్యోతిస్సుచేతనూ సంపూరితము కావాలి. భౌతిక చేతనయందుకూడా ఇవి విలసిల్లవలెనంటే అతిమానస విజ్ఞానశక్తిచే అది రూపాంతరం పొందడం అవసరం.

త్రిగుణముల దివ్యస్వరూపాలు

త్రిగుణములకు వాటి దివ్యస్వరూపములున్నవి. తమస్సు విశుద్ధమై తన దివ్యత్వము నందుకొన్నప్పుడు శమముగా, దివ్యశాంతిగా మారుతుంది. అట్లే రజస్సు తన దివ్యత్వమునందుకొన్నప్పుడు అది తపస్సుగా దివ్యశక్తిగా మార్పుచెందగా, సత్వం తన దివ్యత్వము నందుకొన్నప్పుడది జ్యోతిస్సుగా, ఆధ్యాత్మికదివ్య తేజస్సుగా మార్పు చెందుతుంది.

పూర్ణతత్వానుభూతి

బ్రహ్మజ్ఞానానుభూతి కేవలము అచలతత్వానుభూతిగా ఒక్కొక్కప్పుడు

వర్ణించబడుతూ వుంటుంది. కాని, దానికి రెండు ముఖములున్నాయి. ఒకటి అచలం. రెండవది సచలం. రెండూ కలిసినప్పుడే అది పూర్ణమవుతుంది. అచలమైన కేవల నిర్గుణ బ్రహ్మానుభవంకంటెనూ, సచలమైన కేవలజగద్వ్యాపారానుభవం కంటెనూ యీ పూర్ణతత్వానుభవం గొప్పది.

అవిద్యావిషయజాతపు దివ్యప్రకృతులు

అవిద్యాభూమికలలోని అవాంఛనీయవిషయములన్నీ విద్యాభూమికలయందు వాంఛనీయములైన ఏవో దివ్యప్రకృతి విశేషములకు వికృతులే. తమస్సు శమమునకూ, దివ్యశాంతికీ వికృతి. కామం దివ్యప్రేమకు వికృతి. అవరప్రకృతి యందలి యీ వికృతులను త్రోసిపుచ్చినప్పుడే వాటి నిజతత్వమైన దివ్యప్రకృతివిశేషములు చక్కగా శోభిల్ల గలుగుతాయి.

జ్ఞానావతరణక్రమం

శాంతి వెలుగు మొదలైనవానివలెనే జ్ఞానంకూడా పైనుండియే దిగివస్తుంది. సాధకుని చేతన పురోగతి నందుకొంటున్నకొలదీ అంతకంతకు ఉన్నతమైన భూమికలనుండి యీ జ్ఞానావతరణం సంభవిస్తూవుంటుంది. మొదట దీప్తమనోభూమికనుండి, పిమ్మట ప్రబుద్ధమనోభూమికనుండి, అనంతరం అధిమానసభూమికనుండి, కడకు అతిమానసమైన విజ్ఞానమయభూమిక నుండి యీ అవతరణం జరుగుతుంది.

శాంతితపోజ్యోతిస్సులుగా త్రిగుణములమార్పు

రజస్తమోగుణములను నీవు అంతమొందింపజాలవు. వాటిని నిగ్రహించి

సత్వమునకు ప్రాబల్యమునీయగలవు. రజస్తమోగుణములు అంతరించ వలెనంటే పరచేతనక్రిందికి అవతరించి శరీరమందలి ప్రతిఅణువునూ కైవసమొనర్చుకోవడం అవసరం. అప్పుడా తమస్సు శమముగా రజస్సు తపస్సు (దివ్యశక్తి) గా మార్పుచెందుతాయి. సత్వం దివ్య జ్యోతిగా పరివర్తనం చెందుతుంది.

తేజఃప్రవాహానుభవం

శాంతి, ఆనందము ఏవిధముగా శరీరములోనికి ప్రవహించి శరీరంలో అవి ఉన్నట్లుకాక వాటిలో శరీరం వున్నట్లుకూడా అనుభవానికి వస్తాయో అట్లే తేజస్సుకూడా శరీరంలోనికి ప్రవహించి ప్రతిఅణువునూ తేజోవంతం చెయ్యడమేకాక అన్నివైపులా తేజోరాశి చుట్టుముట్టుకొన్నట్లుగా అనుభవాన్ని సాధకుడు పొందే అవకాశ మున్నది.

తేజస్సు - జ్ఞానోపలబ్ధి

"తేజస్సు" అనేదానిని నిర్వచించడం అనవసరం, నిర్వచించడం సాధ్యం కాదుకూడ. నీవు మామూలుగా చూచే భౌతికతేజస్సువంటిదే యోగానుభూతిలో తోచే యీతేజస్సుకూడ. కాని దానికంటే సూక్ష్మం, చేతనకు తేటదనం సమకూర్చి ఇది జ్ఞానోపలబ్ధిని సుసాధ్యంచేస్తుంది.

దివ్యతేజస్సు-వర్ణములు

పైనుండి దిగివచ్చే దివ్యతేజస్సుకు పలురకములైన వర్ణములున్నవి. తెల్లనివర్ణం విశుద్ధతత్వస్ఫోరకం. నీలవర్ణం ఆధ్యాత్మికచేతనను సూచన చేస్తుంది. బంగారువర్ణం అతిమానసవిజ్ఞానమయభూమికకు దానికి కొంచెము క్రిందివైన నడిమిభూమికలకు చెందిన జ్ఞానప్రసారానికిద్యోతకం.

అతిమానస విజ్ఞానమయ చేతన

అతిమానస విజ్ఞానమయచేతన సాక్షాత్తుగా సత్యచేతనయే. సత్యమనునది మరెచ్చటనుండియో గ్రహించవలసిన పనిలేదు. విజ్ఞానమనేవదం ఒక్కొక్కప్పుడు సత్యముతో సంపర్కముగల ప్రదీప్తబుద్ధికి వాడబడుతూ వుంటుంది. ప్రదీప్తబుద్ధియే అతిమానస విజ్ఞానమయచేతనయని భ్రమించరాదు.

సాధనచివరిదశలోగాని కలుగనేరని ఉపలబ్ధి

అతిమానస విజ్ఞానమయ చేతనోపలబ్ధి సాధన చిట్టచివరిదశలో కలుగునది. సాధనారంభదశలోనే ఇట్టి అనుభవములోనికి వచ్చునదికాదు. ఆ చేతనోపలబ్ధికి మొదట నీలో చైత్యపురుషోన్మీలనము, తత్ఫలితముగా చేకూరు పరివర్తనము జరగవలసివుంటుంది. అంతవరకూ ఆ చైతన్యోపలబ్ధి కడు దవ్వని చెప్పవలసినదే.

ప్రస్తుతం ఏఅడుగు వెయ్యాలన్నదే ప్రధానం

అధిమానసమునుగురించి, అతిమానసమును గురించి సాధకుడు అవశ్యం తెలుసుకోవలసినదే కాని, వాటిని ఇప్పుడే అందుకోవలెనన్న అత్యాశ పనికిరాదు. సాధన సహజపరిణామముగా చిట్టచివరకవి తమంతటతామే లభ్యపడగలవన్న విశ్వాసంమాత్రం వుండాలి. పోతే, ప్రస్తుతం వెంటనే తాను ఏఅడుగు వెయ్యాలనే దానిపైననే అతని దృష్టి కేంద్రీకృతమై వుండడం అవసరం.

దేహమును నిర్లక్ష్యం చేయరాదు

దేహమును నిర్లక్ష్యంచేసి దానిసంగతి తరువాత చూచుకోవచ్చుననేడి దృష్టితో మనః ప్రాణములను మాత్రమే పూర్తిగా రూపాంతరంచెందించ గోరే ప్రయత్నం సఫలంకానేరదు. అల్లే ఒక్క విభాగపరివర్తనను మాత్రమే ముందు సర్వసమగ్రంగా సాధించి పిమ్మట రెండవదాని పరివర్తనకు బూనుకోవాలనుకోడంకూడా సరియైన పద్ధతికాదు.

అధిమానసస్థాయిలో పరివర్తన ప్రయత్నం

దేహ, మనః, ప్రాణములను అధిమానస చేతనానుసారంగా పరివర్తనం చెందించగోరే ప్రయత్నమందు మొదట మనఃప్రాణముల పరివర్తనం ప్రాధాన్యం వహించవలసి ఉంటుందనేమాట నిజమే. కాని అట్టి స్థితిలో దేహప్రవృత్తులు మామూలుధోరణిలో సాగుతూవుంటాయి. వీటినికూడా అధిమానస స్థాయికి ఆకర్షించడం జరిగితేతప్ప పైన పేర్కొన్న పరివర్తనం సర్వసమగ్రం కానేరదు.

దేహాన్నికూడా మార్పుకు సిద్ధంచెయ్యడం అవసరం

మనఃప్రాణముతోపాటు దేహమునుకూడా అతిమానస పరివర్తనమునకు సిద్ధంచెయ్యడం అవసరం. అట్లు దేహాన్నికూడా ఇందుకు సిద్ధంచెయ్యక పోతే మనఃప్రాణములపై అతిమానసచైతన్య ప్రభావం కొంత ప్రసరించవచ్చునేగాని వాటి పూర్ణపరివర్తనం సిద్ధింపనేరదు.

అధిమానసస్థాయికి దేహప్రవృత్తుల ఆకర్షణ

అధిమానసస్థాయికి దేహప్రవృత్తులను ఆకర్షించవలెనంటే అధిమానసము

లోనికి అతిమానస విజ్ఞానశక్తి నాహ్వానించడం ఆవశ్యకం. అధిమానస మారీతిగా కొంతవరకు అతిమానస విజ్ఞానశక్తిసంపన్నం కాగలిగినప్పుడు దేహప్రవృత్తులు అవలీలగా అధిమానసస్థాయికి ఆకర్షితములు కావడం ప్రారంభమవుతుంది.

అతిమానసంవలననే దేహానికి అమరత్వం

అతిమానసపరివర్తనంతోగాని దేహం అమరం కానేరదు. యోగశక్తిచే యోగులు రెండుమూడువందల సంవత్సరాలు, ఇంకాయెక్కువకాలం జీవించడం వున్నది. కాని, దేహానికి అమరత్వప్రాప్తి నిక్కముగా కలిగింపజాలినది అతిమానస విజ్ఞానము మాత్రమే.

మృత్యుజయం సాధ్యమే

మృత్యువును భౌతిక సాధనములతోనే ఎప్పటికైనా జయింప వచ్చునని ప్రకృతి విజ్ఞానశాస్త్రం విశ్వసిస్తున్నది. ఈవిషయంలో చేయబడుతున్న హేతువాదం నిర్దుష్టమైనదే. ఇట్టి సందర్భంలో మృతుజయాన్ని అతిమానసవిజ్ఞానం సాధించడంలో విప్రతిపత్తి ఏముంటుంది ?

పృథ్వియందలి రూపాల అస్థిరత్వహేతువు

పృథ్వియందలి రూపములు ఇతరభూమికలయందలి రూపములవలె స్థిరంగా వుండకపోవడానికి కారణం ఆత్మాభివృద్ధికనుగుణంగా వికాసంచెందనీయని కాఠిన్యలక్షణం వాటికి ఏర్పడివుండడమే. అట్లుగాక వికాసమునకనుగుణమైన మృదుత్వలక్షణం వాటి కొనగూడినప్పుడవి స్థిరంగావుండడం అబ్బురంకానేరదు.

మృత్యుప్రాప్తికి హేతువు

శరీరంలోని పురుషుడు వేరొకశరీరంతోపనిలేకుండ అదే శరీరంలో వికాసంచెందడాని కనువైనస్థితిలో ఉండని హేతువుచేతనూ చైతన్యాన్ని తగినంతగా శరీరం సంతరించుకొనిన హేతువుచేతనూ మృత్యువనేది సంప్రాప్తమౌతున్నది. దేహ, మనః, ప్రాణములు మరింత చైతన్య వంతములై ఆత్మవికాసమున కనుగుణమైన మృదుత్వమును కలిగివుంటే మృత్యువు రావలసినపనిలేదు.

మృత్యుంజయత్వసిద్ధి అసాధ్యంకాదు

మృత్యువనేదానివలన భౌతికరూపంమాత్రం అంతరిస్తుంది. ఇచ్ఛాపూర్వకంగా శరీరాన్ని విసర్జించాలనుకుంటేతప్ప మృత్యువును పొందకుండే సిద్ధావస్థ సాధ్యమేకాని అసాధ్యంకాదు. పరిపూర్ణమైన అతిమానసచైతన్య రివ ర్తన మిందుకు అత్యంతావశ్యకం.

అతిమానసచైతన్య పరివర్తనము భౌతికసిద్ధి

చైతన్యపరివర్తనం కలుగనిదే భౌతికసిద్ధి కలుగనేరదు. మృత్యువు, వ్యాధి, బాధ, అచేతనత్వం, మొదలైనవాటికి శరీరం వశమైవున్నంతకాలం సంపూర్ణమైన అతిమానసచైతన్య పరివర్తనం సాధ్యంకాదు. అవి ఉండక తప్పనివేఅయితే అతిమానసచైతన్యపరివర్తనముతో పనేలేదు. ఈశ్వరునితో మానసిక, ఆధ్యాత్మికసంయోగం పొందుటకు అధిమానసోపలబ్ధియే చాలును.

మనఃప్రాణ, దేహములలో సత్యఖేలనము

మనః ప్రాణ, దేహములలో సత్యఖేలనముకొరకే అతిమానసచైతన్యావ రోహణము, పరివర్తనము ఆవశ్యకము లవుతున్నవి. ఈ పరివర్తన పర్యవసానముగానే దేహం అచేతనత్వాన్ని విడనాడుతుంది. క్షయము పొందడము, వ్యాధిపీడితముకావడము దానికిక ఉండనేరవు. ఈ నిమిత్త ములద్వారా మృత్యువురావడం జరగదు.

ఇచ్ఛానుసారముగా శరీరంమార్పు

అతిమానసచైతన్యసిద్ధి పొందినవారికి మృత్యువు వశమైవుంటుంది. అనగా, దేహాన్ని మార్చుకోవాలనుకుంటే అతడు తన యిచ్ఛానుసారంగా మార్చుకో గలడు. వేలకొలదిసంవత్సరాలు ఇదే శరీరంలో నివసించాలనే నిర్బంధ మేమీ అతనికి లేదు. అంటే అదీ ఒక బంధమే అవుతుంది. కాని, కావా లనుకుంటే అతడు ఎంతకాలమైనా అదే శరీరంలో జీవించగలడు.

శరీరమును దివ్యమొనర్చుకొనే ప్రయత్నంసరియైనదే

ఇచ్ఛాపూర్వకంగానో, అనిచ్ఛాపూర్వకంగానో శరీరం వదలిపెట్టబడేదే అయినపుడు దానిని రూపాంతరం చెందించవలసిన అవసరమేమని తల పోయరాదు. అభివ్యక్తమగునదెల్ల నశ్వరముగాన అసత్యము, నిష్ప్రయో జనము, అనేది మాయావాదుల వాదన. వారిదృష్టిలో దేవతల జీవితం కూడా కాలాధీనమగుటచేత నిష్ప్రయోజనమే.

పూర్ణయోగి శరీరధారణ

అభివ్యక్తిని పూర్ణయోగి నిష్ప్రయోజనముగా భావించడు. కావుననే దానిని

నిర్దుష్టంగా మలచుకోడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. ప్రదీప్తమైన ఇచ్ఛతో శరీరాన్ని తనయిచ్ఛవచ్చినంతకాలం వుంచుకుంటాడు. లేదా, అదేయిచ్ఛతో దానిని వదలివేసి మరొక శరీరాన్ని గ్రహిస్తాడు. కామసంకులము, రుజాయుక్తమునైన శరీరము నాతడు ఇచ్ఛగింపడు.

దివ్యత్వమొందిన శరీరంలో జీవాణువులమార్పు

శరీరంలోని జీవాణువులు క్షణక్షణమూ మారిపోతూవుండే పరిస్థితిలో శరీరాన్ని దివ్యమొనర్చుకునే ప్రయత్నంవలన ఏమి ప్రయోజనము అనిపైతం తలపోయరాదు. అతిమానసవిజ్ఞానంచే దివ్యమైన శరీరమునకూడా జీవాణువులు మార్పుచెందుతూనే వుండవచ్చును. కాని ఆమార్పు ఆదివ్యత్వాన్ని కనుగుణంగా తేజోవంతమై విలసిల్లుతుంది.

అమరత్వమునుగురించిన అపోహ

అమరత్వమంటే ఇదే శరీరంలో శాశ్వతంగా జీవించడం అనీ, అట్టిస్థితియందు మానవసహజమైన కోర్కెలను అంతులేకుండా తీర్చుకుంటూ వుండవచ్చుననీ అనేకులు తలపోస్తూవుంటారు. కాని, అట్టి అమరత్వం అపేక్షింపదగినది కాదు. అచిరకాలంలోనే అట్టి అమరత్వం ఎవరికైనా విసుగు జనింపజేయకమానదు.

నిక్కమైన అమరత్వం

ఈశ్వరునియందునివసిస్తూ తత్సంబంధమైన దివ్యచైతన్యంతో విలసిల్లుతూ వుండడమే నిక్కమైన అమరత్వం, అమృతత్వం. శరీరమునుకూడా దివ్యమొనర్చి దివ్యకర్మలకు, దివ్యజీవనమునకు దానిని ఉపకరణంగా చేసుకోగలుగుట అనేది దాని భౌతికాభివ్యక్తియేకాని వేరుకాదు.

మూడు ముఖ్యదశలు

సాధనలో మూడు ముఖ్యదశలున్నవి. ఒకటి, చైత్యపురుషోన్మీలనము, తత్సంబంధమైన పరివర్తనము. రెండవది, పరచైతన్యభూమికల లోనికి ఆరోహణము, తత్సంబంధమైన శక్తుల అవతరణము. మూడవది, అతిమానసవిజ్ఞాన చైతన్యోపలబ్ధి, తత్సంబంధమైన పరివర్తనము. ఈ మూడవదశలోని ఉత్తరార్ధమునమాత్రమే మృత్యుంజయత్వం సాధ్యమవుతుంది.

మొదట సాధించవలసినది అంతఃశరీరపరివర్తన

శరీరమును రూపాంతరం చెందించడంకంటె సులభసాధ్యమైన యితర విషయములను సాధించడంపట్ల అశ్రద్ధవహించి శరీరమును రూపాంతరం చెందించడానికే విశేషప్రాధాన్యమివ్వడం వట్టి అవివేకం. మొదట అంతఃశరీరపరివర్తనం సాధించబడితే పిమ్మట బాహ్యశరీరపరివర్తనం సాధించడం సుకరమవుతుంది.

రోగమును, బడలికను ఎదిర్చే బలసంపాదన

బాహ్యశరీరపరివర్తనను సాధించే ప్రయత్నంలో మొట్టమొదటగా చేయవలసినది శరీరమును దివ్యశక్తికి ఉన్ముఖమూ, ఉన్మీలనమూ చెయ్యడం. రోగము, బడలిక శరీరానికి కలుగకుండా నివారించగల బలసంపాదనం తొలుత జరగవలసివున్నది. రోగము, బడలిక పొడచూపినప్పుడు వెంటనే వాటిని ఎదిర్చి త్రోసిపుచ్చే సామర్థ్యం మొదట ఏర్పడితే తక్కిన శారీరకపరివర్తనం క్రమేణా కాలాంతరమున సిద్ధిస్తుంది.

రాగబంధం అమరత్వానికి ప్రతిబంధకం

శరీరమునెడ రాగబంధం వున్నట్లయితే శరీరానికి అమరత్వసిద్ధి కలుగ నేరదు. శరీరంతో తాదాత్మ్యంచెందని నిత్యమైన తన ఆత్మతత్వంలో తాను నివసిస్తూ శరీరాణువులలోనికి దాని చైతన్యమునూ, శక్తినీ గొని రావడం జరిగినప్పుడే అట్టిసిద్ధికి అవకాశమేర్పడుతుంది.

భౌతికసాధనలతో అమరత్వసాధన

మృత్యువును నివారించగల భౌతికసాధనలను కనుగొనడం సాధ్యమేనని భౌతికవిజ్ఞానశాస్త్రజ్ఞులు నేడు చెపుతున్నారు. కాని ఆరీతిగా సాధించిన అమరత్వంవలన ఇప్పటిచైతన్యమే ఇప్పటిశరీరంలో సుదీర్ఘంగా కొన సాగినట్లవుతుంది. చైతన్యంలో మార్పులేని అమరత్వంవలన ప్రయోజనం అత్యల్పం.

విజ్ఞానసంసిద్ధియందు శరీరప్రవృత్తులు

అతిమానస విజ్ఞానమయచైతన్యోపలబ్ధిపూర్వకమైన సంసిద్ధియందు శరీరం పైతం ఎరుకతోకూడినదై విజ్ఞానమయమవుతుంది. శరీరప్రవృత్తులన్నీ ఆవిజ్ఞానమయచైతన్యశక్తి ప్రభావంచేత తేజోవంతములూ,సత్యనిష్ఠములూ, సామరస్యబంధురములూ అవుతాయి. అవిద్యకూ, అవ్యవస్థితికీ అచట తావుండదు.

హఠయోగ పద్ధతి

అపారమైన ప్రాణశక్తిని శరీరంలోనికి గొనిరావడం హఠయోగపద్ధతి. ఈ ఉపాయముచేతనూ, మరికొన్ని ఇతర విధానములచేతనూ శరీరమును

బలముగా ఆరోగ్యముగా ఉంచుకొని పటిష్ఠమైన ఉపకరణముగా చేసుకో డానికది తోడ్పడుతుంది. అంతవరకే శరీరమును విజ్ఞానమయం చెయ్యడం దానివలన కానేరదు.

దివ్యశరీరం

ఊర్ధ్వభూమికలలోనివారికి దివ్యశరీరం ఉంటుందని వేదాలలో వర్ణించబడి వున్నది. భూమిపై మానవశరీరం తుట్టతుదకు ఇట్టి లక్షణాలుకలదిగా రూపాంతరం చెందగలదని కొందరు ప్రాక్పశ్చిమయోగసంప్రదాయముల వారి మతం. భావిమానవజాతి పొందనున్న ఆ దివ్యశరీరం రేడియో ధార్మికతాశక్తి సంపన్నమైనది కావచ్చు.

దివ్యశరీరపు భౌతికక్రియా కలాపములు

విజ్ఞానమయచేతనచే రూపాంతరంచెందించబడిన దివ్యశరీరమున చేతనయే సకలభౌతిక క్రియాప్రతిక్రియలనూ నిర్ణయిస్తుంది. ఇప్పటివలె అవి కేవలమూ భౌతికధర్మములపైన ఆధారపడివుండవు. ఈ సూక్ష్మక్రియా విధానం స్థూలక్రియా విధానంకంటే మిక్కిలిశక్తిమంతం.

మనోమయకోశ పరివర్తనము

-:-

బుద్ధికి శిక్షణ

ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మికానుభూతులను అందిపుచ్చుకోడానికి సాధకునకు బుద్ధికూడా ఒక సాధనమే. కాని, ఆ సామర్థ్యం దానికి అలవడవలె నంటే సరియైన శిక్షణ అత్యంతావశ్యకం. అట్టి శిక్షణానంతరమునగాని దివ్యపరివర్తనపర్యంతమైన ప్రగతిని బుద్ధి అందుకోజాలదు.

బుద్ధిశిక్షణలో ప్రథమాంశం

మానసికభావనలు, తర్కనిర్ణయములు ఆధ్యాత్మికానుభూతులు కానేరవు. అట్టివాటిని ఆధ్యాత్మికానుభూతులుగ భ్రమించకుండ జాగరూకత వహించే టట్లు చేయడమే సాధకుడు బుద్ధికి మొట్టమొదటగా అలవరచవలసిన శిక్షణ.

మనశ్చాంచల్య ప్రభావం

మనస్సునకుగల చాంచల్యం ఆధ్యాత్మికానుభూతికి ప్రతిబంధకం. నిక్క మైన జ్ఞానపువెలుగు పైనుండి దిగివచ్చేటందుకది తావీయదు. ఒకవేళ అట్టి జ్ఞానకిరణం క్రిందికి దిగివచ్చినా మనోభూమికను చేరీచేరక మునుపే అది వక్రగతిని పొందుతుంది. సాధకుడిది గుర్తించుకోడం అవసరం.

బుద్ధిదోషాలు

పైనుంచి వెలుగులను స్వీకరించి ప్రశాంతవృత్తితో వివేచన చెయ్యడానికి బదులు నిరర్ధకమైన సంశయవృత్తిని అవలంబించడం, తనకు అతీతమైన విషయాలపై తన పరిమితానుభవపు ప్రమాణములతో తీర్పులు చెప్ప సాహసించడం, అభౌతిక విశేషములను భౌతికదృష్టితో వివరించ యత్నించడం, ఇవన్నీ బుద్ధిని ఆశ్రయించివుండే దోషాలు.

బుద్ధి జ్ఞానసాధనముగా మారవలెనంటే

బుద్ధి ఎల్లప్పుడూ తన నిర్ణయాలను తన కల్పనలను, తన అభిప్రాయాలను నిక్కమైన జ్ఞానముగా చలామణిచేయ జూస్తూవుంటుంది. అట్లుకాక బుద్ధి ఆత్మసమర్పణమొనర్చుకొని ఉన్మీలితమై ప్రశాంతముగా జ్ఞానగ్రహణమునకు ఉన్ముఖమైవుంటే తప్పక అది జ్ఞానగ్రహణమునకు ఆధ్యాత్మికానుభూతులకు, అంతఃపరివర్తనమునకు చక్కని సాధనము కాగలదు.

బుద్ధివృత్తి విక్షేపాన్ని ప్రశమింపజేసినప్పుడు

ప్రాణకోశమునకు సంబంధించిన కామప్రవృత్తిని ప్రశమింపజేసినట్లే మన్యకోశమునకు సంబంధించిన బుద్ధిప్రవృత్తి విక్షేపమునుగూడ ప్రశమింపజేసినప్పుడే సమగ్రమైన శాంతి లభిస్తుంది. జ్ఞానం పైనుండి క్రిందికి దిగి రావలసివున్నది. పైనజెప్పిన శాంతి లభించినప్పుడు ప్రాణకోశప్రవృత్తులు గూడ అంతరాత్మకు సంబంధములేని ఉపరితల సంచలనమాత్రములై స్ఫురిస్తాయి.

పూర్ణజ్ఞానోపలబ్ధికి గొప్పప్రతిబంధకం

బుద్ధి అనునది మనస్సులోని ఒకవిభాగం. తక్కిన మనోవిభాగం మాదిరి గానే అదికూడ అసంపూర్ణజ్ఞానసాధనం. సత్యమునుగురించి తన కల్పనలను మాత్రమే అభిమానించుకోడానికిది పూనుకొంటూవున్నంతకాలం అదికూడా పూర్ణజ్ఞానోపలబ్ధికి గొప్ప ప్రతిబంధకమే అవుతుంది.

సత్యదర్శనానికి కీలకం మేధాసంపత్తి కాదు

సత్యదర్శనం మేధాసంపత్తి హెచ్చుతగ్గులపై ఆధారపడిలేదు. సత్యముతో సాక్షాత్సంబంధము కలిగివుండడంపైన, సత్యగ్రహణమునకు అనువైన విధంగా మనస్సు ప్రశాంతి నలవరచుకోడంపైన అది ఆధారపడి వున్నది. సత్యముతో అట్టిసాక్షాత్సంబంధము లేనిపక్షమున మహామేధావులు సైతం సత్యావృతముల విషయమున తికమకపడి అతిఘోర ప్రమాదములలో పడుతూవుంటారు.

బుద్ధిచేసే పని

మనస్సుకూ ఇంద్రియములకూ గోచరమయ్యే విషయములనుబట్టి హేతువాదమొనర్చి సారాంశములుతేల్చి తార్కికంగా వాటి అన్యోన్య సంబంధ నిరూపణచెయ్యడం బుద్ధిపని. సుశిక్షితమైనబుద్ధి ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానసిద్ధికి మనస్సును తయారుచేయగలదేకాని తానే ఆ దివ్యజ్ఞానమును ప్రసాదింప జాలదు. పరతత్వమునుగురించి బుద్ధికిగల్గు భావములే పరతత్వజ్ఞానమనుటకు వీలులేదు.

మనస్సు విషయగ్రహణం చేసేపద్ధతి

మనస్సు ఆయా విషయాలను ఉన్నవిఉన్నట్లుగా గ్రహించదు, తనకు గోచరించినట్లుగా గ్రహిస్తుంది. కొన్నిభాగములనే గ్రహించి తక్కిన వాటిని వదలివేస్తుంధి. అటుపిమ్మట స్మృతి, భావన దీనిలో చొరబారి ఆవిషయాన్ని తుదకు కేవలం మరొకరూపంలో చిత్రించివేసాయి.

తమ బుద్ధికి తోచినదే సత్యమనే ప్రవృత్తి

తమ బుద్ధి తమకు సరియైన ఆలోచనలనే అందిస్తున్నదా? సరియైన నిర్ణయాలనే చేస్తున్నదా? విషయములనుగురించీ, వ్యక్తులనుగురించీ సరియైన అభిప్రాయములనే కలిగిస్తున్నదా? భావికర్తవ్యవిషయమున సరియైన నిర్దేశాలనే చేస్తున్నదా? అని విచారణ చేసుకోవడానికి జనులు శ్రద్ధవహించరు. తోచిన ఏభావమైనా తమకు తోచినదికనుక అదే సత్యమని తలచి దానినే అనుసరిస్తారు.

బుద్ధిశిక్షణ విషయంలో జనుల అశ్రద్ధ

తమబుద్ధి పొరపాటుపడినదని గుర్తించగలిగినప్పుడుకూడా జనులు దానికేమీ ప్రాముఖ్యమివ్వరు. వెనుకటికంటె ఇకమీద కడు జాగరూకత వహించాలన్న ప్రయత్నమైనా చేయరు. ప్రాణకోశసంబంధమైన కామనల వదుపులోపెట్టవలసిన ఆవశ్యకతను వారు సులభంగానే గుర్తించగలరు కాని, బుద్ధిని కట్టుబాటులోనుంచవలసిన అవసరం మాత్రం వారికి గోచరం కాదు.

బుద్ధి కతీతమైన వెలుగు

మానవుని కొనగబడిన ప్రజ్ఞలలో బుద్ధే ఉత్తమమైనదనీ, దానినే అతడు

అనుసరించాలనీ అంటూవుంటారు. అది తప్పు, బుద్ధికి అతీతమైన వెలుగొక టున్నది. మానవుడు ఆ వెలుగు నన్వేషించి దానిప్రకారం తనబుద్ధిని తీర్చిదిద్దుకొన నేర్చుకోవడం అవసరం.

యధార్థతత్వోపలబ్ధిని బుద్ధి పొందవలెనంటే

మానవ బుద్ధికి ప్రతి విషయమూ విభిన్నముఖములతో గోచరమవుతూ వుంటుంది. తన అభిమతమునుబట్టి, అభ్యాసమునుబట్టి, తనకు బాగనితోచిన యుక్తివిశేషమునుబట్టి నిర్ణయములు చేయడం దానిపద్ధతి. చైత్యపురుషునకూ, లేక ఊర్ధ్వభూమికలకూ సంబంధించిన వెలుగుప్రసారంచే దర్శనశక్తి దానిలో పెంపొందినప్పుడుగాని విషయముల యథార్థతత్వోపలబ్ధిని అది పొందనేరదు.

ఊర్ధ్వభూమికలనుంచి వచ్చే బోధలు

ఊర్ధ్వభూమికలనుంచి వచ్చిన బోధలను బుద్ధి నిర్లక్ష్యంచెయ్యడం తరచుగా జరుగుతూవుంటుంది. దీనికి కారణం అది తన పద్ధతులకు మాత్రమే అలవాటుపడి పైనుండివచ్చే బోధలను గుర్తించక పోవడమూ, విశ్వసించకపోవడమే. అలాకాకుండా అవి వచ్చినప్పుడు వాటిని గమనిస్తూ అనుభవంవలన వాటి సత్యం నిరూపణఅయితే వాటికి విలువఇవ్వడం సరియైనపద్ధతి.

విశ్వమైన జ్ఞానప్రసారం

మనస్సులోఆలోచన, తదితరస్పందనలు కట్టువడిపోవడం అంతర్మానసిద్ధికి పరాకాష్ఠ. ఆస్థితి సాధకున కేర్పడినప్పుడు మానసికాలోచనస్థానే విశ్వమైన జ్ఞానప్రసారాన్ని పైనుండి పొందడం అతనికి సుకరమవుతుంది.

జ్ఞానోపలబ్ధివిషయమున తొందరపాటు కూడదు

జ్ఞానోపలబ్ధివిషయంలో మనస్సు తొందరపాటును కొంత అదుపులో వుంచడం అవసరం. జ్ఞానం క్రమక్రమంగా వికాసం చెందుతుంది. ఒక్కసారిగానే జ్ఞానశిఖరారోహణం చెయ్యాలని మనస్సు ఎగరయత్నిస్తే తొందరపాటు నిర్ణయములకు దారితీయవచ్చు. జ్ఞానము, అనుభవము, క్రమవికాసపూర్వకముగా సాధకునకు లభ్యంకావలెను.

విపరీత భావనలనుండి రక్షణ

పరమసత్యమువలె తనయెదుట గోచరమైనదానిని మనస్సు త్వరితగతిని చిక్కబట్టుకోడానికై కొంత తొందరపాటుపడడం సహజమే. కాని, అట్టి సందర్భంలో సాధకుడు తనమనస్సునందు ఎంత నిశ్చలుడై వుండగలిగితే అంతగా అతనిమస్సు విపరీతభావనలనుండి రక్షణపొందగలుగుతుంది.

అనుభూతిని స్వార్థానికి వినియోగించుకోనే వృత్తులు

సాధనలో ఏదైన ఒక అనుభవం కలిగినట్లైతే దానిని స్వప్రయోజనాలకు వినియోగించుకొనేనిమిత్తం మనః, ప్రాణకోశప్రవృత్తులు సిద్ధంగా వుంటాయి. మరోగతికి ముఖ్యప్రతిబంధకములలో యిది ఒకటి గనుక దీని విషయమున సాధకుడు కడు అప్రమత్తుడై మెలగడం అవసరం.

అనుభూతివికాసానికి పూర్ణావకాశం

ఏదైనా అనుభూతి నీకు కలుగనారంభించినప్పుడు అది చక్కగా వికాసం చెందడానికి దానికి నీవు పూర్ణావకాశం యివ్వాలి. అవసరమైతేతప్ప ఎట్టి

అవరోధమూ దానికి కల్పించరాదు. అది మంచిఅనుభూతి కానప్పుడు దాన్ని అవరోధించడం యుక్తమే.

అనుభూతి సమయంలో మనఃప్రవృత్తి కూడదు

అనుభూతి కలుగుతున్న సమయంలో మనస్సును నిశ్చలంగా వుంచుకోడం అవసరం. అనుభూతి పూర్తియైనపిదప అది తిరిగి తనప్రవృత్తిలోతా నుండవచ్చును. అనుభూతి కలుగుతూవుండగా మనస్సు ప్రవర్తింప సాగినయెడల ఆ కలిగేఅనుభూతి పూర్తిగా నిలిచిపోవచ్చు.

మనస్సు నిశ్చలమైనప్పుడు

వ్యక్తిత్వవిశిష్టమైన నీ మనస్సు నిశ్చలమైనప్పుడు, మనస్సుచేత జరగవలసినదంతా దివ్యశక్తియే స్వయంగా చూచుకొంటుంది. అవసరమైన ఆలోచన అంతా తానే చేస్తూ ఉన్నతభూమికలకు సంబంధించిన దర్శనజ్ఞానములను క్రిందికి గొనివచ్చి తద్వారా మనస్సును క్రమంగా రూపాంతరం చెందిస్తుంది.

మనోమౌనస్థితియందే పటిష్ఠమైన కర్మ

మనస్సు మౌనంగా ఉన్నప్పుడే పటిష్ఠమూ అత్యంతనిరర్గళమూనైన కర్మ ప్రభవించడానికి వీలున్నది. ఉదాహరణకు, ఒకగ్రంథం వ్రాయడం, కవిత్వం చెప్పడం, అంతః ప్రేరణతో ఉపన్యసించడం మొదలైనవి. మౌనస్థితిలో లేకుండ మనస్సు ప్రవృత్తిలోనుంటే అది ఆ అంతః ప్రేరణలోనికి చొరబారి తన క్షుద్రభావాలను చొప్పించడం, కేవల మానసికమైన నానావిధసూచనలతో ఆ ప్రేరణను నిరోధించివెయ్యడం జరగవచ్చు.

అవరప్రవృత్తి రహితమైన మనోమౌనస్థితి

మనస్సు అవరప్రవృత్తిరహితంగా ఉండనేర్చినప్పుడే అంతర్బోధ, అంతః ప్రేరణ, తదనుసారియైన కర్మప్రవృత్తి అనేవి సుగమ మవుతాయి. హృదయంలోపలనుండిగాని, శిరస్సుపైనుండిగాని, జ్ఞానావిర్భావం సుగమ మయ్యేదికూడా మనస్సు మౌనస్థితి నందుకోగలిగినప్పుడే.

మనోమయపురుషత్వసిద్ధి

సాధకునకు శరీరప్రవృత్తుల సంయమం, ప్రాణకోశకామనల సంయమం ఎంత అవసరమో బుద్ధివృత్తుల సంయమంకూడా అంత ఆవశ్యకమే. బుద్ధివృత్తుల సంయమమొనర్చి వాటికీ తాను సాక్షి, అనుమంత, ఈశ్వరుడు కానంతవరకూ సంపూర్ణవికాసం చెందిన మనోమయపురుషత్వంసైతం వానికి సిద్ధింపదు.

మనఃకోశనిగ్రహంసైతం అత్యంతావశ్యకం

ప్రాణకోశసంబంధమైన కామనలు పెనుతుఫానుమధ్య చుక్కానిలేని నావవలె అల్లాడడంగాని, అన్నకోశసంబంధమైన జడత్వానికి, తదితప్రవృత్తులకూ బానిసకావడంగాని పురుషున కెట్లు తగదో, అట్లే మనఃకోశసంబంధమైన బుద్ధివృత్తుల విసురుళ్ళకు పెన్నిసుబంతిమాదిరిగా కొట్టుమిట్టాడడంసైతం కూడదు. మనః కోశనిగ్రహంసైతం సాధకున కత్యంతావశ్యకమే.

మానసిక ప్రవృత్తులతో తాదాత్మ్యస్థితి

మనః కోశసంబంధమైన బుద్ధివృత్తుల నిగ్రహం మానవునకు మిక్కిలి

కష్టసాధ్యమనేమాట నిక్కువమే. ఏలనంటే ప్రధానముగా అతడు మనోమయప్రకృతికి చెందిన జీవికావున, మానసికప్రవృత్తులతో తాదాత్మ్యం చెందక మతనికి పరిపాటైవుంటుంది. మనస్సనే సుడిగుండమునుండి విడివడి దాని భ్రమణములను తిలకించే కౌశలం వెంటనే ఒకపట్టాన అతనికి అలవడదు.

అత్యంత కష్టసాధ్యం

దేహ, ప్రాణ, మనఃకోశములలో దేహప్రవృత్తులను కొంతమేరకైనా అదుపులో పెట్టడం మానవునకు సులభమే. ప్రాణకోశప్రవృత్తులనూ, కామనలనూ అదుపులోపెట్టడం అంత సులభం కాకపోయినా కొంత ఘర్షణ పడినమీదట వాటిని ఒకవిధంగా అదుపులో పెట్టడం సాధ్యమే అవుతుంది. కాని నదీప్రవాహముపై ఉపవిష్టుడగు తాంత్రికయోగివలె మనఃకోశపు బుద్ధివృత్తుల సుడిగుండానికి అతీతుడై అతడు వర్తించడమనేది మాత్రం అంత సులభమైన పనికాదు.

మనస్సులోని సచల, నిశ్చల విభాగముల వేరుచేత

బుద్ధివృత్తుల నిగ్రహించి వాటి కతీతంగా మెలగడమనేది అత్యంత కష్టసాధ్యమైన పనేఅయినా మానవుడు దానినికూడా సాధించకతప్పదు. ఇందు కతడు మొదట కనీసం కొన్ని సమయాలలో కొన్ని ప్రయోజనాల నిమిత్తంగానైనా మనస్సునందలి సచల నిశ్చల విభాగములను వేరుచేయడం నేర్చుకోవలసివుంటుంది.

మనోవిభాగద్వయపు స్వరూపలక్షణాలు

మనస్సునందలి సచలవిభాగం ఆలోచనాపరంపరను ఎడతెగక తయారు

చేసే కర్మాగారం. నిశ్చలవిభాగం సాక్షిగా ఆ ఆలోచనలను కనిపెట్టుతూ వుండడమేగాక వాటి మంచిచెడ్డలను నిర్ణయిస్తూ చెడ్డను త్రోసిపుచ్చి, మంచిని ఆమోదిస్తూ జరగవలసిన మార్పుల నాదేశించి మనోమందిరానికి అధిపతిగా సామ్రాజ్యమేల సమర్థమై వుంటుంది.

యోగివరుల లక్ష్యం

యోగి లక్షించేది మనస్సునందలి నిశ్చలవిభాగమున స్థావరమేర్పరచుకొని మనోమందిరానికి ఆధిపత్యంసంపాదించడమే కాదు.ఒకవిధంగా మనస్సులో ఉంటూనే మనస్సుకు అతీతుడు కావడం అతని లక్ష్యం. మనస్సుకు పైగాగాని, వెనుకగాగాని నిలిచిపోయే స్థితి నార్జించడాని కతడు పూనుకుంటాడు.

ఆలోచనల జన్మస్థానం

మనస్సులోని ఒకవిభాగం ఆలోచనాపరంపరను తయారుచేసే కర్మాగార మనేమాట యోగి అనుభవంలో ఏమంత సరియైనమాట కాజాలదు. ఏలనంటే ఈ ఆలోచనలనేవి విశ్వమానసమునుండియో విశ్వప్రకృతి నుండియో బయటినుండివస్తున్నట్లుగా అతనికి గోచరిస్తాయి.అలా రావడంలో ఆ ఆలోచనలుసుస్పష్టమైన రూపంతో రావడం జరగవచ్చు. లేదా, అస్పష్టమైనరూపంతో వచ్చి పిమ్మట మనలో ఒక స్పష్టరూపాన్నిధరించవచ్చు.

నీ ఆలోచనలకు నీవు కర్తవు గావు

నీ ఆలోచనలు నీ సొంతమనీ, నీవే వాటికి కర్తవనీ వాటిని నీవు

రూపొందించకపోతే అవి రూపొందనేరవనీ నీవనుకుంటున్నావు. అది పొరపాటు. కొంచెం నిదానించి చూడనేర్చినట్లయితే నీ ఆలోచనలకు కర్తవు నీవు కావనీ, అవే వాటంతటవి నీలో పొటమరిస్తున్నాయని తెలుసుకోగలుగుతావు.

నీ ప్రయత్నం మనస్సును ఏకాగ్రం చేసేవరకే

ఏదైనా ఒకవిషయమును గురించి ఆలోచించాలనుకున్నప్పుడు నీవు కొంత శ్రమ, ప్రయత్నము చేసేమాట నిజమే. ఆలోచనలు క్రింది నుండియో, పైనుండియో, బయటినుండియో పరిస్థితినిబట్టి వచ్చి వాటంతటవే ఒకకూర్పును పొందేటట్టు చెయ్యడానికి అది ఒకవిధమైన ఏకాగ్రత మాత్రమే. మరేమీ కాదు. ఆలోచనలకు నీవే రూపమిచ్చి కూర్పు కూరుస్తున్నా వనుకోవడం వట్టి అహంకారికభ్రమ.

ఆలోచనల ఉత్పత్తి ప్రకృతికార్యం

ఆలోచనలు వాటంతటవే రూపొందుతున్నవి. లేదా, ఒకవిధమైన ఒత్తిడి వలన ప్రకృతియే వాటిని నీకొరకై తయారుచేసిపెట్టుతున్నదని చెప్పవచ్చు. అలా తయారుచేసిపెట్టడానికి ప్రకృతిని నీవు తరచుగా ప్రహరిస్తూ వుండడం అవసరం. అయినా, అట్టి ప్రహరణం ఎల్లవేళలా విజయవంత మవుతుందని చెప్పడానికి వీలులేదు.

అడ్డదిడ్డపు ఆలోచనల గందరగోళం

మనస్సు అను, ప్రకృతి అను, మానసికశక్తి అను, ఏ పేరుతో నీవు పిలిచినాసరే, అదే నీలో ఆలోచనలకు కారణమై అన్నిరకాల అడ్డదిడ్డపు

యోచనలు, యుక్తులు, మొదలైన వాటితో వ్యవహారం నడుపుతూవున్నది. త్రొక్కిసలాటతో కూడిన యీ గందరగోళంమధ్య బోధ అనేది కలగ దానికి అవకాశమెక్కడిది?

బోధస్ఫూర్తిని కబళించే బుద్ధివృత్తులు

బోధస్ఫూర్తి కొన్నిమనస్సులలో తరచుగా కలిగేమాట నిజమే. కాని, మామూలు బుద్ధివృత్తులు దానిని చుట్టుముట్టి సజీవంగా కబళించివేస్తాయి. అందు హత్యచేయబడని బోధస్ఫూర్తికకల మేదో అబోధాత్మకమైన ఆవృత్తుల కడుపులోంచి మెరుస్తూ కనిపించి నిన్ను చూచి నవ్వుతూ "నేను బోధస్ఫూర్తినే" అన్నట్లుంటుంది. నిజాని కది ఛిన్నాభిన్నమై ఆకార ఊంచేత నిన్ను తప్పుదారి పట్టించగల బోధస్ఫూర్తిమిళితమైన బుద్ధివృత్తి మాత్రమే.

సజీవమైన బోధస్ఫూర్తి

మనస్సు ఖాళీగా ఉన్నప్పుదే సజీవమైన బోధస్ఫూర్తి కలుగడానికవీలున్నది. అయితే మనస్సు ఖాళీగా వున్నప్పుడు కలిగేవన్నీ అట్టి బోధస్ఫూర్తులే అనుకోరాదు. ఆస్థితిలో నానావిధములైన అనుభవములూ కలుగవచ్చు. కనుక సాధకుడు కడు జాకరూకుడైవుండి ఏది నిక్కమైన బోధస్ఫూర్తిో గుర్తించడం అవసరం.

ఆశ్రయమిచ్చే మనస్సుకై ఆలోచనల అన్వేషణ

ఆలోచనలు, భావములు మొదలైనవి తరంగాలమాదిరిగానో మరొకవిధం గానో తమకు ఆశ్రయమిచ్చే మనస్సు ఎక్కడ దొరుకుతుందా అని తిరు

గుతూవుంటాయి. వాటిని అందుకొని, చూచి, త్రోసిపుచ్చే మనస్సొకటి. అందుకొని చూచి ఆమోదించే మనస్సు యింకొకటి. ఒకే ఆలోచనాతరం గాన్ని విభిన్నమనస్సులు రెండు అందుకోడం జరిగినా వాటి ప్రవృత్తులు భిన్నమైన కారణంచేత ఫలితములుకూడా భిన్నంగానే వుంటాయి.

ఆలోచనా తరంగాల పోకడలు

ఒకనిని చేరనేతెంచిన ఆలోచనాతరంగం తనకతడు స్వాగత మివ్వకపోయే నరికి ''ఈ పకు వింకా సిద్దంకాలే'' దనుకుంటూ మరొకనినిచేరబోతుంది. అతడు దానికి నిస్సంకోచముగ వెంటనే స్వాగతమిచ్చేయెడల అది అచటనే కుదురుకొని నూతనంగా కనుగొనబడిన అపూర్వవిశేషమైనట్లుగా అభివ్యక్త మవుతుంది. దానికి చోటిచ్చినయతడు సగర్వంగా ఇది కేవలం తాను సాధించినదే అయినట్లు పొంగిపోతాడు, వట్టి అహంకారం.

ఆలోచనాతరంగాల ఉచ్ఛనీచస్పందనలు

ఆలోచనాతరంగాలు, ఆలోచనాబీజాలు, ఆలోచనారూపాలు, వీటిని ఏపేరుతోనైనా పిలువు. ఇవి విభిన్నమైన విలువలతో వివిధ చేతనాభూమి కలనుండి వస్తూవుంటాయి. ఒకే ఆలోచనాతరంగం అది ప్రసరించే చేతనా భూమికస్థాయినిబట్టి (ఉదాహరణకు, మనోమయ, ప్రాణమయ, అన్న మయ చేతనాభూమికలు, వాటికంటె క్రిందిదైన అవచేతనాభూమిక) తర తమభేదాలతో ఉచ్ఛనీచస్పందనములను పొందవచ్చును.

మనఃపదార్థ భేదాలు

ప్రతిమానవునిలోనూ మనఃపదార్థమున్నది. వెలుపలినుండి వచ్చే ఆలోచనా తరంగాలు తమఅభివ్యక్తికనుగుణంగా దానిని మలచుకోడానికి ప్రయత్నం

జరుగుతూవుంటుంది. ఒకరిలో ఈ పదార్ధం మృతకగా వుంటే, వేరొకరిలో సున్నితంగా వుండవచ్చు. ఒకరిలో అది చిక్కనై వుంటే, ఇంకొకరిలో పలుచనై వుండవచ్చు. అది వారి తత్వస్థితినిబట్టి ఉంటుంది.

భావాల వాగ్రూపధారణ

ఆలోచనలు, భావాలు విశ్వమానసమునుండి మానవుని మనస్సులోనికి ప్రవేశించినప్పుడు వాగ్రూపాన్ని ధరిస్తాయి. అట్లుగాక అవి యితర జీవులనుండి రావడం జరిగినట్లయితే అట్టి వాటికి యీలక్షణం వర్తించదు. వాగ్రూపధారణ వాటికి అంతకుముందే జరిగివుంటుంది.

భావాలు—భాష

వాగ్రూపం లేకుండానే భావాలు, ఆలోచనలు కలుగడానికి వీలున్నది. పిల్లల కాలోచనలున్నవి. జంతువులకూ వున్నవి. వాగ్రూపంగాక ఇతర రూపంగూడా భావాలు ధరించవచ్చు. భావరూపమైన దర్శనములు మొదట కలుగుతాయి. వాటి అభివ్యక్తికై భాష అటుతరువాత వస్తుంది. ఆభాషయే తిరిగి కొత్తభావాలకూ, ఆలోచనలకూ దారితీస్తుంది.

మానసికజ్ఞానపు నిష్ప్రయోజకత

సత్యజ్ఞానంవైపు నిర్దేశించిచూపడానికి దిక్సూచిగా ఒక్కొక్కప్పుడు ఉపయోగపడేటందుకు తప్ప మానసికజ్ఞానంవలన ప్రయోజనం అత్యల్పం. సత్యజ్ఞానమనునది వస్తుజాతపు ప్రత్యక్షావబోధంవలన మాత్రమే లభిస్తుంది.

సాధకునకు కావలసినది సాక్షాద్దర్శనం

సాధకునకు కావలసినది మానసికజ్ఞానం కాదు. చేతనయందు చైత్యపురుషోన్మీలనపూర్వకమైన అంతర్దర్శనమూ, సాక్షాద్దర్శనమూ కావాలి. మానసికజ్ఞానానికి ప్రాణమయకోశపు జిత్తులవలన గుడ్డితనం ఆవహిల్లే అవకాశం ఎల్లప్పుడూ ఉంటూనేవుంటుంది.

బోధస్ఫూర్తి

జ్ఞానం పలురకాలు. వాటిలో బోధస్ఫూర్తి ఒకటి. జ్ఞానభూమికలలోనుంచి మెరపువలె ఏదో, వెలికివచ్చి క్షణమాత్రంలో మనస్సును సత్యముదెస విచ్చుకొనేటట్లు చేస్తుంది.అదే బోధస్ఫూర్తి.సులభంగానే అది వాగ్రూపం ధరిస్తుంది. కవి వ్రాసేటప్పుడు, వక్తమాట్లాడేటప్పుడు అట్టి బోధస్ఫూర్తిని పొందడం కద్దు.

భావము-శక్తి

భావంలోపల శక్తివున్నది. భావం ఆశక్తిగైకొన్న రూపమే. భావము, శక్తి,శబ్దమూ, ఈ మూడింటివెనుకా వున్నది ఆత్మతత్వం. అదే శక్తిని ఉత్పన్నంచేసే చైతన్యం.

తెలియవలసిన రహస్యం

భావం చాలదు. అది అరవెలుగుమాత్రమే యిస్తుంది. భావంవెనుకనుండే సత్యమునంతనూ వస్తువుతోసహా నీవు పొందగలిగివుండాలి. సత్తు, చిత్తు, శక్తి, ఈ త్రిపుటిరహస్యమే తెలియవలసినది..

ఆధ్యాత్మికజ్ఞానం

పరమసత్యమును నీ అంతరమున దర్శించి దానియందు మనుటద్వారా ఎరుకతో పొందెడి సత్యానుభూతియే ఆధ్యాత్మికజ్ఞానం. అంతేకాదు, వస్తుజాతపు నిజతత్వాన్ని బుద్ధివృత్తికంటే మిన్నయైన సాక్షాద్దర్శనంతో తెలియడంకూడా ఆధ్యాత్మికజ్ఞానమే. అది వాఙ్మనసులద్వారా అభివ్యక్తం కావచ్చు, కాకపోవచ్చు. వాఙ్మనస్సులపైన అది ఆధారపడిలేదు. అది స్వతంత్రం.

సాక్షాత్కారాలే జ్ఞానం

సాక్షాత్కారాలే నిక్కమైన జ్ఞాన మనిపించుకుంటాయి. మనస్సులో వాటిని గురించి చింతనలు, వాగ్రూపంలో వాటి అభివ్యక్తులు తక్కువరకం జ్ఞానంక్రిందికి వస్తాయి. ఆ చింతనలుగాని, వాగ్రూపాలుగాని సాక్షాత్కారాలనూ, అనుభూతులనూ పురస్కరించుకొన్నవిగాక వట్టి మానసికములే అయితే ఆధ్యాత్మికదృష్ట్యా వాటిని జ్ఞానంగా పరిగణించడానికే వీలులేదు.

ఈశ్వరునితో ఏకత్వం

మనస్సునందు పరాపరవిభాగములలో పరవిభాగమువందది ఈశ్వరునితో తన ఏకత్వమునుగురించిన ఎరుక కలిగివుండి, అపరభాగమునందలి అజ్ఞానమునకు కలంగక దానిని చూచి నవ్వుకొంటూ పరమజ్ఞానతేజస్సుతో సుఖియై ఉంటుంది. ఈశ్వరునితోడి ఏకత్వజ్ఞానమే ఆధ్యాత్మికసాధకునకు పరమజ్ఞానం.

బాహ్యమనస్సు అశక్తత

నీలో నానావిధములైన ప్రశ్నలనూ లేవదీసేది బాహ్యమనస్సే. సరియైన జవాబుచెప్పడంగాని, అర్థంచేసుకోవడంగాని దానికి తెలియదు. బాహ్యమనస్సుతో యీ ప్రశ్నలను వెయ్యడం నిలిపివేసి గంభీరమూ, విశాలమూనైన అంతశ్చేతన బహిర్గతమై వృద్ధిపొందునట్లు నీవు చేయగలిగినప్పుడే నిక్కమైన జ్ఞానము, అవగాహనము కలగడానికి వీలవుతుంది.

శాంతిశక్తులతోపాటు వెలుగుప్రసారం

నీలో శాంతి, శక్తి వృద్ధిచెందుతున్నట్లు అనుభవం నీవు పొందగలుగుతున్నకొలదీ దానితోపాటుఅవగాహనరూపమైన జ్ఞానంకూడా నీలో వికసింపనారంభిస్తుంది. ఏలనంటే, శాంతి శక్తులతోపాటుగా కొంత వెలుగు కూడా ప్రసారితం కాకతప్పదు. ఆ వెలుగే మనస్సును తేజోవంతం చెయ్యగా అది అవగాహనరూపమైన జ్ఞానాన్ని కలుగజేస్తుంది. అట్లు తేజోవంతంకాని మనస్సు అవగాహనమునకు ఎంతప్రయత్నించినా ప్రమాదములు తప్పవు.

చైత్యపురుషచేతన సామర్థ్యం

సంశయం, సంకుచితత్వం, ఇవి రెండూ అన్నమయమనస్సు ప్రధాన లక్షణాలు. వీటిని వదిలించగల సామర్థ్యం చైత్యపురుషచేతనకున్నది. అన్నమయ, ప్రాణమయమనస్సుల దృక్పథాన్నీ ప్రవృత్తిలక్షణాన్నీ పూర్తిగా మార్చివేయగలదు చైత్యపురుషచేతన.

సాధనాంతర్భాగంగా మానసికకర్మ

శారీరకకర్మవలెనే మానసికకర్మనుకూడా సాధనలో అంతర్భాగం చేసుకోవచ్చు. అంతేతప్ప, సాధనకు ప్రతిద్వంద్విగా దానికి ప్రత్యేకస్థానమీయరాదు. ఈశ్వరాన్వేషణమే సాధనకు ముఖ్యలక్షణం. స్వార్థం, అహంకారం ఎంత తక్కువగావున్నా ఇతరప్రవృత్తులకు దానిలో సమానస్థానంలేదు.

ధ్యానప్రాధాన్యం

దీర్ఘకాలం ధ్యానం చెయ్యగలశక్తి సాధకునికుంటే, సహజంగా అతడు ధ్యానమే చేస్తాడుగాని, గ్రంథపఠనమున కానక్తి చూపడు. అయితే, సాధనక్రమంలో ప్రతిదీ యోగికచేతనలో అంతర్భాగంగా రూపొందేస్థితికి అతడు చేరుకున్నప్పుడుమాత్రం ఈనియమ మాతనికి వర్తించదు.

ధ్యానము, కర్మ, చదువు

ధ్యానము, కర్మ రెండూ చెయ్యగలవారికి పూర్ణయోగసాధనలో అవి రెండూ సహాయకారులే. గ్రంథపఠనమునుకూడా అట్లే పూర్ణయోగసాధనకు సహాయకారిగా చేసుకోవచ్చు.

అంతశ్చేతనావికాసపు ఆవశ్యకత

బాహ్యమనస్సుకూ దానిభావాలకూ విశేషప్రాధాన్యమిచ్చి అంతశ్చేతనావికాసముపై ఏకాగ్రనిష్ఠకు ప్రయత్నించకపోతే, నీవుచేస్తున్నది పొరపాటు. అంతశ్చేతనావికాసముపై ఏకాగ్రనిష్ఠ నీకు కుదిరిననాడు అన్నిప్రశ్నలకూ సరియైన సమాధానాలు నీకు వాటంతటవే లభిస్తాయి. నీకర్తవ్యం మరింతస్పష్టంగా తెలియవస్తుంది.

సాక్షాత్కారానికి మార్గం

ఏవిషయంగురించైనా సరే, వేయిప్రశ్నలడగవచ్చు. వాటికి సమాధానాలు ఒక పెద్దసంపుట మవుతుంది. అయినా మనస్సు ఏమీ అర్థంచేసుకోలేదు. అంతశ్చేతనావికాసంద్వారా మాత్రమే వీటి సాక్షాత్కారం కొంత నీవు పొందగలుగుతావు. కాని అందుకు మనస్సు నిశ్చలమై అట్టి ప్రబోధస్ఫూర్తికి అవకాశమివ్వాలి.

చైతన్యపుటంతస్తు పెరిగినప్పుడు

సాధనవిషయంలో చెప్పబడ్డ సంగతులు యథార్థతత్వమునకు సంబంధించిన ఏవిశేషమైనాసరే మనలో చేతనావికాసమూ, అనుభవమూ పెరిగినకొలదీ మరింత అర్థవంతము లవుతూవుంటాయి. మనస్సులో అదివరకొకవిధంగా గ్రహించబడినసత్యం మన చైతన్యపుటంతస్తు పెరగటంతోటే అపూర్వమైన కొత్తదనాన్ని గాంభీర్యాన్నీ సంతరించుకొనడం యిందువల్లనే.

దివ్యశాంతినీ, శక్తినీ నీలో పనిచెయ్యనీ

విషయాన్వేషణచేస్తూ కలతచెందకుండా మనస్సున నిలిపి దివ్యశాంతినీ, దివ్యశక్తినీ నీలో పనిచెయ్యనివ్వడమే కావలసినది. మనస్సుకు విలువగా తోచేవన్నీ అవిద్యాకల్పనలు, హృదయకోశాంతర్గతుడగు చైత్యపురుషుడు ముందునకు వచ్చినపుడే నిక్కమైన జ్ఞానం నీకు కలుగుతుంది. ఏలనంటే, చైత్యపురుషునకు జ్ఞానం స్వతస్సిద్ధం.

ప్రాణమయ, అన్నమయ మనస్సులు

ప్రాణమయమనస్సు, అన్నమయమనస్సు అనేవి ఉన్నవి. ఆవేశాలకు, ఉద్వేగాలకు, కామనలకు, జీవిత సంస్పర్శల నానావిధ ప్రక్రియలకూ సంబంధించినదై వాటితో పెనగొనివుంటుంది ప్రాణమయమనస్సు. అన్నమయమనస్సుకూడా వాటికి ప్రతిస్పందించినా ఆ ప్రతిస్పందించే పద్ధతి వేరుగా వుంటుంది. కామప్రధానంకాక అభ్యాసవృత్తిప్రధానమై సామాన్యమైన చిరప్రయోజనములతోనూ, సుఖదుఃఖములతోనూ ప్రవర్తిల్లే లక్షణం దానిది.

అన్నమయమనస్సుతో వ్యవహరించవలసిన తీరు

అన్నమయమనస్సుతో వ్యవహరించేటప్పుడు దానితో పోరాడడం, దానిని అదుపులోపెట్టడం అణచివేయడం కాదు చేయవలసినది. దానికి వెనుకగా నిలచి దానిలక్షణాన్ని తిలకిస్తూ దాని ఆలోచనల ననుసరింప నిరాకరించి అది కాంక్షించే విషయములవెంట పరుగులుతీయకుండా దానికి వెనుక వేరుగా నిశ్చలంగా ఉండిపోవడం అనేదిమాత్రమే నేర్చుకోవాలి.

అన్నమయమనస్సులో పరివర్తనం

అన్నమయమనస్సునుండి వేరుపడి దానిని వెనుకనుండి నిశ్చలంగా తిలకించే అభ్యాసంలో నిష్ఠ నీకు కుదిరినప్పుడు, అన్నమయమనస్సునకు పూర్వపుఅభ్యాసములు తొలగి ఆ నిశ్చలత్వమే అలవాటైపోవడం సంభవిస్తుంది. అయితే యిది నిరంతరాభ్యాసఫలితంగా కొంతకాలమునకుగాని సిద్ధింపదు.

అన్నమయమనస్సుపై చైత్యపురుషప్రభావం

అన్నమయ మనస్సుకు సరియైన దృష్టి కలుగజేయడానికి చైత్యపురుష చేతనాప్రభావ మెంతగానో ఉపకరిస్తుంది. చైత్యపురుషునిచే ఆ రీతిగా ప్రభావితమైన అన్నమయ మనస్సు నీయందలి భావావేశసత్తకు ఉన్నతాకాంక్షలో ఆధారభూతమై నెగడుచేగాక వస్తుతత్వదర్శనమున తానుకూడ విశేషశ్రద్ధాసక్తులతోనూ, అంతరంగికస్ఫూర్తితోనూ ప్రవర్తిల్లేయోగ్యతను సంతరించుకొంటుంది.

బోధస్ఫూర్తిని పొందిన అన్నమయమనస్సు

అన్నమయ మనస్సు బోధస్ఫూర్తిని పొందనేర్చినప్పుడు చుట్టూవున్న విషయజాతమును సూక్ష్మదృష్టితో చూడనారంభిస్తుంది. ఏమిచెయ్యాలి ? ఎలాచెయ్యాలి ? దేవి అవసరాలు ఎటువంటివి ? ముందు ఏమి జరుగ నున్నది ? భౌతికస్థాయిలో ఎట్టి శక్తులు పనిచేస్తున్నాయి ? మొదలైన వన్నీ సాధకునికి ఆస్థితియందు అవలీలగా తెలియబడతాయి.

శరీరమునకుకూడా బోధస్ఫూర్తి

అన్నమయ మనస్సు బోధస్ఫూర్తిని పొందినప్పుడు శరీరముసైతం బోధ స్ఫూర్తితో మెలగనారంభిస్తుంది. మనస్సుచేత చెప్పించుకో నవసరం లేకుండానే తానేమి చెయ్యాలో ఏమి చెయ్యగూడదో తెలుసుకొంటుంది. ప్రత్యక్షంగా చూడకపోయినా తన సమీపమున ఏమున్నదో ఏది తన చెంతకు రాబోతున్నదో గ్రహించగలుగుతుంది.

సాధనకే ప్రాధాన్యం

సాధన చేయవలసినవారు సాధనకే ప్రాధాన్య మీయవలెనుగాని గ్రంథ పఠనం, మానసికాభివృద్ధి మొదలైనవాటికి ప్రాధాన్యమీయరాదు. మానసికాభివృద్ధి సాధనకు ఉపకరించవచ్చు, ఉపకరించకపోవచ్చు. మనస్సు మితిమీరిన తార్కికధోరణిలో వ్యావహారికంగా అభివృద్ధిచెందించబడితే అది సాధనకు ప్రతిబంధకంగాకూడ పరిణమించవచ్చు.

గ్రంథపఠనప్రయోజనం

గ్రంథపఠనం నిన్ను నీ అంతరాంతరములోనికి గొంపోతుందని చెప్పవలనుపడదు. బాహ్యచేతనకు సంబంధించిన అన్నమయవిభాగమునుండి మనోమయ విభాగమునకు మాత్రమే అది నిన్ను తోడ్కొని పోగలుగుతుంది.

పరచేతనావ్యాపారం ప్రాబల్యంవహించేస్థితి

పూర్ణయోగసాధకునియందు పరచేతనావ్యాపారం అంతకంతకు ప్రస్ఫుటమూ, ప్రబలమూ కావలసి వున్నది. గ్రంథపఠనమునుగాని, ఇంకే యితర వ్యావృత్తినిగాని అతడు పెట్టుకోవడం జరిగినా అది అతనిలో యీ పరచేతనా వ్యాపారానికి అంతరాయం కలిగించనిస్థితికి ఏనాటికైనా అతని సాధన చేరుకోవడం అత్యావశ్యకం.

గ్రంథపఠనం కొనసాగవలసినతీరు

గ్రంథపఠనం పరచేతనావ్యాపారమునకు అంతరాయం కలిగించక దానితో పొందిపొసగి నడచునట్టిదిగా వుండాలి. అనగా, అంతస్స్ఫూర్తి ఏకాగ్రతలో

నిమగ్నమైవుండగా గ్రంథపఠనం బాహ్యమనస్సుతో కొనసాగించవలసి వుంటుంది. నీ చైతన్యమంతా గ్రంథపఠనంలో నిమగ్నం కారాదు. చైతన్యంలో విశేషభాగం దానికి వెనుకగా, వేరుగా ఎరుకతో నిలచివుండడం అవసరం.

గ్రంథపఠనాసక్తికి నీవు దాసుడవై పోరాదు

గ్రంథపఠనంతోనే కాలమంతా గడపాలనెడి తీవ్రాభిలాష ప్రకృతిశక్తులలో నొక శక్తి విశేషం. అది నీ వశంలోనుండవలెనుగాని నీవు దాని వశంలో నుండరాదు. అట్టి శక్తులను ఏవిధంగా ఉపయోగించుకోవలెనో నీలోని మూలపురుషుడు నిర్ణయించడం అవసరం. లేనియెడల అవి నీ వ్యక్తి విశేషములోని ఏదో ఒక విభాగముపై అధికారం చెలాయించగల ప్రమాద మున్నది.

చదువుపై కోర్కె దానంతట రాలిపోయేస్థితి

పరచైతన్యవికాసం నీలో ఆరంభమై అనుభూతులు కలుగమొదలిడినప్పుడు గ్రంథపఠనమునందలి తీవ్రాభిలాష నీ మనస్సునుండి దానంతటదే రాలి పోతుంది. అయితే ఆస్థితికి వచ్చేవరకు గ్రంథపఠనమును నీవు వర్జింప వలసిన పనిలేదు.

అంతర్ముఖత్వానుగుణమైన రచనావ్యాసంగం

సామాన్యవిషయములపై రచనావ్యాసంగం నిన్ను బహిర్ముఖుని చెయ్య డానికే దోహదం చేస్తుంది. ఏ విషయంమీద నైనాసరే అంతశ్చేతనతో బాహ్యచేతన చేసేదానియందు బద్ధుడవుగాక విర్లిప్తుడవై వ్రాసే అలవాటు నీకు కుదిరినప్పుడు మాత్రం అట్లు జరుగదు.

ప్రకృతిపురుషుల వేరుపేత

ప్రకృతిపురుషులను వేరుచేయడమే అంతర్ముఖవ్యాపారానికి కీలకం. నీలో ఏదో నీయందలి మానసికవ్యాపారముల నన్నింటినీ బయట వీధిలో జరిగే సంఘటనలను చూచినమాదిరిగా చూస్తూ వాటికంటె వేరై వున్నట్టు నీ కనుభవమైనప్పుడు అదే నీ మానసికప్రకృతినుండి పురుషుడు వేరైన దానికి గుర్తు.

వేరుపేత స్వరూపం

నీవు చదివే చదువునుండి మానసికచేతనను వేరుచేయరాదు. అట్లు చేసినయెడల నీ వేమి చదువుతున్నావో నీ కవగాహనంకాదు. ఏలనంటే మానసికచేతనయే అవగాహనకు సాధనము. చదువునుండి మానసిక చేతననుగాక మానసికచేతననుండి నిన్ను నీవు వేరుచేసుకొని శరీరప్రవృత్తులను సాక్షిగ తిలకిస్తున్నట్లుగానే చదువునుగాని, వ్రాతనుగాని సాక్షిగా తిలకింపనేర్చుకోవడం అవసరం.

గ్రంథపఠనవ్యాసంగం సార్థకం కావాలంటే

గ్రంథపఠనవ్యాసంగం సమాచారపేకరణకు గణనయోగ్యమైన విషయ క్షేత్రవిస్తరణకుమాత్రమే ఉపయోగిస్తుంది. కాని, మంచిచెడ్డలరసి నిర్ణయించే సామర్థ్యం విషయజాతపు లోతులను తరచిచూడగల ప్రజ్ఞాతిశయము లేనిపక్షంలో ఆనేర్చినదంతా నిష్ప్రయోజనమే.

తర్కశాస్త్రాధ్యయనం

తర్కశాస్త్రాధ్యయనం నీకు సిద్ధాంతసంబంధమైన శిక్షణనిస్తుంది. తర్క-

బద్ధంగా యోచనచేయడానికి సంబంధించిన సూత్రాలను కొన్నింటిని దీని వలన నేర్చుకొంటావు. కాని వాటి వినియోగంమాత్రం నీ బుద్ధివిశేషం మీదనే ఆధారపడివుంటుంది. ఏశాస్త్రరంగంలోనైనాసరే ఒకడు చక్కని సిద్ధాంతజ్ఞానం కలిగినవాడైనా దాని వినియోగంమాత్రం అతనికి బొత్తుగా తెలియక పోవచ్చు.

తర్కమొక్కటే యోచనసమగ్రపరూపం కానేరదు

శ్రోతకు నిశితంగా చూడగలచూపు, చురుకైనమనస్సు కొరవడి సముచిత విచక్షణజ్ఞానంతో తన శక్తిసామర్థ్యాలను వినియోగించుకొననేరనివాడు తర్కసిద్ధాంతాల నెంతబాగుగా నేర్చినా యోచనను సరిగా చెయ్యలేక తబ్బిబ్బుపడవచ్చును. పైపెచ్చు, తర్కమొక్కటే యోచనసమగ్ర రూపం కానేరదు. పరిశీలనము, బోధస్ఫురణము, సానుభూతి, బహుముఖత్వం, ఇవి అంతకంటె చాలముఖ్యమైనవి.

మానసిక శిక్షణ

గ్రంథములను చదువడము, వివిధ విషయములను గురించి తెలుసుకోవడము, సరియైన సమాచారమును సమగ్రముగా సేకరించడము, తర్కబద్ధమైన యోచన నలవరచుకోడము, ఏ సమస్యనైననూ అన్ని వైపులనుంచి రాగద్వేషరహితముగా సమీక్షించడమూ, తొందరపాటుతో జరిగే తప్పునిర్ణయాలను త్రోసిపుచ్చడమూ, సుస్పష్టమూ సమగ్రమూనైన విషయదర్శనశక్తిని పెంపొందించుకోడమూ, ఈ విశేషములన్నిటితోనూ కూడుకొన్నదే మానసికశిక్షణ.

చదువు. సుశిక్షితబుద్ధి

గ్రంథాధ్యయనమాత్రంతోనే సుశిక్షితబుద్ధి ఏర్పడుతుందనుకోరాదు. ఎంతో చదివివున్నా సుశిక్షితబుద్ధి ఏర్పడనివార లనేకులున్నారు. జడత్వమనేది ఎంతో గొప్ప విద్వాంసులను సైతం ఆవహింపవచ్చును.

నీబుద్ధి వికాసంచెందాలంటే

ఒకడు ఎన్నిగ్రంథాలనో చదివివుండవచ్చును. అయినా అతనిబుద్ధి వికాసం చెందకపోవచ్చును. ఆలోచించడం, అవగాహనచేసుకోవడం, బుద్ధిలో తనకంటె మిన్నయగువారి బుద్ధిప్రభావంచే ప్రభావితుడుకావడం, వీటిద్వారానే మానవునిబుద్ధి వికాసము పరిణతి చెందగలుగుతుంది.

తెలివి

తెలివి అనేది ఎంత చదివాడు అనేదానిపై ఆధారపడిలేదు. అది మనో ధర్మం. జీవితంవలెనే చదువుకూడా తెలివి పనిచేయడానికి సామగ్రిని మాత్రం సమకూరుస్తుంది. చదువనూ, వ్రాయనూ, బొత్తుగా నేరని వారైనా బాగా చదువుకొన్నవారికంటె తెలివికలవారై జీవితాన్ని విషయ జాతాన్ని వారికంటె మిన్నగా అర్థంచేసుకోగలవారున్నారు. అయితే చదువువలన తెలివి వృద్ధిపొందే అవకాశం ఉన్నది.

అవివేకానికీ, అజ్ఞతకూ ఉపయోగపడే చదువు

పుస్తకజ్ఞానమే నిక్కమైన జ్ఞానం కానేరదు. పుస్తకజ్ఞానం నీలోని తెలివికి ఉపయోగపడేదికావాలి.కాని,తరచుగా అది అవివేకానికి, అజ్ఞతకూమాత్రమే ఉపయోగపడుతూవుంటుంది. అజ్ఞతకు ఉపయోగపడడం ఎందుచేత

షంటే, విషయములు కొన్ని తెలిసినంతమాత్రాన ఆవిషయాల అంతర్యం గుర్తించేచూపు లేకపోతే ఏమీ ప్రయోజనం లేదు.

మానసిక జీవనం

నీ మానసికజీవనం యితరులపైన ఆధారపడునట్టిది కారాదు. అది నీలో లభించేదేగనుక నీలోనుండియే పుట్టుకొనిరావాలి. దాని మాటలు నీలోనే పూరి ఆ ఒత్తిడికి వాటంతటవేపైకి పొంగుకుంటూరావాలి.

చదువవలసిన చదువు

సాధనకు ఏది ఉపయోగిస్తుందో, దైవకార్యంకొరకు అతని శక్తిసామర్థ్యాలను ఏది పెంపొందిస్తుందో ఆ చదువు చదవాలి. చెత్తపుస్తకాలు చదవకూడదు. కేవలం వినోదకాలక్షేపానికి విద్వత్కుతూహలాన్ని తృప్తిపరచుకోవడానికి చదువరాదు. పరచేతనయందు నీవు ప్రతిష్ఠుడవైనప్పుడు ఏమీ చదువనక్కరలేదు. ఏమైనా చదువవచ్చు.

తత్వశాస్త్రాధ్యయనం

తత్వశాస్త్రాధ్యయనంవల్ల మనస్సు కొన్ని మార్గాలలో చాల సున్నితంగా పనిచేస్తుంది. అలా పనిచెయ్యకపోతే తత్వశాస్త్రాధ్యయనం విఫలమైనట్లే భావించవలసివుంటుంది. అయితే తత్వశాస్త్రాధ్యయనంవల్ల ఒక హాని మాత్రం జరుగవచ్చు. ప్రత్యక్షానుభూతికొరకై ముందుకు సాగిపోకుండా మనస్సు భావాలను పట్టుకొని ప్రేలాడడమనేదే ఆ హాని.

తత్వభావనయందలి దోషాదోషములు

తత్వశాస్త్రం మనఃకల్పన అనేమాట నిజమే. కాని అసత్యమగుటకాదు దాని దోషము. ఏ తాత్వికసిద్ధాంతమైనా పరమసత్యమునందలి ఒకానొక భాగముమాత్రమే. తత్వసిద్ధాంతి అట్లు భావించక తనసిద్ధాంతమే పూర్ణ సత్యమనుకొంటాడు. అట్లు గిరిగీసుకొని కూర్చోకుండ అన్నివైపులా చూడనేర్చేపక్షంలో తత్వభావన హానికరంకానేరదు.

పరమసత్యం

పరమసత్యం మతములకంటే, సిద్ధాంతకములకంటే, శాస్త్రగ్రంథములకంటే గొప్పది. ఏ మతము, ఏ సిద్ధాంతము, ఏ శాస్త్రగ్రంథము దానిని సంపూర్ణ ముగా ప్రతిబింబింపజాలదు. కావున వీటితో నిన్ను నీవెప్పుడునూ బంధించు కోవద్దు.

ఊర్ధ్వమునుండి జ్ఞానం ప్రసరించినప్పుడు

జ్ఞానం ఊర్ధ్వమునుండి ప్రబలముగా ప్రసరించినప్పుడు తరచుగా అది తన సొంతభాషతోనే ప్రసరిస్తుంది. ఉపకరణపు దౌర్బల్యం ప్రతిబంధకం కానే రదు. కొందరు మామూలు పరిస్థితిలో అల్పజ్ఞులుగానే వున్నా జ్ఞాన ప్రవాహం పొరలుకొని రానారంభించినప్పుడు అద్భుతమైన రచనలు చేయడం కద్దు. ఆ ప్రవాహం కట్టుబడిపోగానే తిరిగి వారి మామూలుభాష ప్రత్యక్షం.

ప్రాణమయకోశపు పరివర్తనావశ్యకత

నీయందలి ఈశ్వరశక్తి భౌతికప్రపంచమున పనియచేయవలెనంటే నీ ప్రాణ మయకోశమునందలి ప్రాణశక్తి దానికి సాధనభూతం కావడం అత్యంతా వశ్యకం. ప్రాణమయకోశమును రూపాంతరం చెందించడంద్వారా ఈశ్వర శక్తికి దానిని నిర్దుష్టమై ప్రబలసాధనంగా మలచుకోగలిగినప్పుడే ఇహ మున దివ్యజీవనమనునది సాధ్యమవుతుంది.

ప్రాణమయకోశ పరివర్తనము

ఈశ్వరజ్యోతి కెడమైన ప్రాణశక్తి

మానవునిలోని ప్రాణశక్తికీ, ప్రాణమయపురుషునికీ ఈశ్వరజ్యోతితో ఎడబాటు ఏర్పడివున్నది. ఈ ఎడబాటుమూలముననే ఏ యితరశక్తులైననూ వానిని కైవసమొనర్చుకొని తమకు ఉపకరణముగా జేసుకొనడం అనేది సంప్రాప్తంకావడం.

ప్రాణశక్తిని ఈశ్వరాధీనం చెయ్యడం అవసరం

ప్రాణశక్తి నీలో మామూలుపరిధుల నతిక్రమించి విస్తరిల్లుట కవకాశ మున్నది. అయితే అట్లు విస్తరిల్లే ప్రాణశక్తికి పరచైతన్యముతో సంబంధమును కల్పించడం అత్యంతావశ్యకం. ఈశ్వరశక్తికి మాత్రమే దానిని అధీనం చెయ్యడం నీవు నేర్చుకోవాలి. అట్లు జరగనిచో అనీశ్వర ప్రవృత్తికది సాధనభూతమయ్యే హేతువుచేత ఆదోషం ప్రాణశక్తిదిగానే భావించడం సంభవిస్తూవుంటుంది.

ప్రాణశక్తిని మాత్రమే నమ్మకోరాదు

కేవలం ప్రాణశక్తియే నిన్నుద్ధరింపజాలదు. దానినిమాత్రమే నీవు నమ్మకొన్నపక్షంలో అది నిన్ను త్రిప్పి తుదకొక అఖాతంచెంతకు గొంపోయినా పోవచ్చును. కారణం దానివదకకు సరియైన లక్ష్యంలేక

పోవడమే. ప్రాణశక్తిని పరచైతన్యశక్తితో సంధానించినప్పు డీ ప్రమాదముండదు.

రెండువిధములైన అనుసంధానం

ప్రాణశక్తికి పరచైతన్యశక్తితో అనుసంధానం రెండువిధములుగా జరుగవలసి వుంటుంది. ఒకటి, ప్రాణశక్తిని పరచైతన్యభూమికలకు అధిరోహింపజేసే ఆరోహణప్రక్రియ. రెండవది, పరచైతన్యశక్తియే క్రిందికి దిగివచ్చి ప్రాణశక్తిని పరివర్తనమొందించే అవరోహణ ప్రక్రియ.

ప్రాణశక్తి పరివర్తనము, ఆరోహణావరోహణలు

ఆరోహణప్రక్రియయందు ప్రాణశక్తి పరచైతన్యభూమికలలోనికి అధిరోహించి అచటి వెలుగులో నిమగ్నమై వాటి శక్తిప్రేరణను పొందగలుగుతుంది. అవరోహణప్రక్రియయందు ప్రాణశక్తి ఉన్నచోటనే ఉంటూ తన మామూలుప్రవృత్తులను విసర్జించి ప్రశాంతవృత్తితో ఎదురుచూస్తూవుండగా పరచైతన్యశక్తియే క్రిందికవతరించి దానిని నిజతత్వానుసారముగా రూపాంతరం చెందిస్తుంది.

సాధకునిలో తోచెడి ద్వివిధప్రవృత్తులు

సాధకుడు ఒకొక్కప్పుడు ఉదాత్తమూ, ఉల్లాసభరితమూనైన పరచైతన్యంలోనికి అధిరోహిస్తున్నట్లుగా అనుభూతిని పొందడం ఆరోహణ ప్రక్రియాఫలితమే. కాని, అతడే వేరొకప్పుడు తిరిగి ప్రాణమయకోశములోనికి దిగిరావలసిన అవసరం గుర్తించి, ప్రాణకోశమునందే సాధన

కొనసాగిస్తూ అచటకే పర చైతన్యమును గొనిరానభిలషించడంగూడా జరుగుతూ వుంటుంది.

ఆరోహణావరోహణలకు వైరుధ్యంలేదు

ఆరోహణావరోహణవృత్తులకు, సాధనలో నిజముగా వైరుధ్యము లేదు. అన్యోన్యాపేక్షగల పరస్పర సంపూరకములవి. ఆరోహణం దివ్యావరోహణకు దోహదంచెయ్యగా, అవరోహణం ఆరోహణ లక్ష్యాన్ని సిద్ధింపజేస్తుంది.

ప్రాణమయచేతనకు చైత్యపురుషునితో అనుసంధానం

ప్రాణమయచేతనతో నీవు దాని క్రిందిస్థాయినుండి పైకిలేచి చైత్యపురుషునితో దానికి అనుసంధానం కూర్చినప్పుడు, చైత్యపురుష సహజములైన భక్త్యాకాంక్షలు నీ ప్రాణమయసత్తలో నిండుకుంటాయి. అదే సమయంలో ప్రాణమయ చైతన్యసహజమైన శక్తివిశేషం ఆ భక్త్యాకాంక్షలను పైతం ఆవహించడంతో అవి మరింత శక్తిమంతములై తేజరిల్లి దివ్యపరివర్తన కావశ్యకమైన యోగ్యతను సంతరించుకుంటాయి.

యోగదృష్టితో పటిష్ఠకర్మాచరణకు ప్రారంభం

ప్రాణమయచేతన చైత్యపురుష సంస్పర్శను పొందుటేగాక ఉన్నతమనస్సుతో కలయికనుపైతం పొందవలసియున్నది. అట్లు పొందినప్పుడు మహత్తర తేజస్సుచేతను, జ్ఞానముచేతను నడుపబడే యోగ్యతనది సంతరించుకుంటుంది. చైత్యపురుషుడు ఉన్నతమనస్సునకు ప్రాణమయచేతనకు ధ్యేయం కావడమే జీవితంలో యోగ్యదృష్టితో పటిష్ఠమైన కర్మాచరణకు ప్రారంభం.

దివ్యజీవన సంసిద్ధి కలుగవలెనంటే

దివ్యజీవనసంసిద్ధి కలుగవలెనంటే ఉన్నతమనస్సుతో సంబంధ మేర్పాటు కావడమొక్కటే చాలదు. ఉన్నత మనస్సు కతీతమైన దివ్యభూమికల నుంచి దివ్యశక్తి అవతరించడంకూడా అవసరం. అలా జరిగినప్పుడే మనోమయ, ప్రాణమయ, అన్నమయ చేతనల దివ్యపరివర్తనం సాధ్యం.

ఆత్మకుఉపకరణం ప్రాణమయచేతన

ప్రాణమయచేతన సమధికోత్సాహముతో సంపూర్ణమైన ఆత్మసమర్పణము చేసుకోగలదు. లేక, జీవితములో నీకు నానావిధములైన చిక్కులనూ తెచ్చిపెట్టగలదు. ప్రాణమయచేతనయే లేనిచో, సృష్టిలో ప్రాణశక్తి విలసనమే ఉండదు. జీవనక్షేత్రమున, ఆత్మ తనకుతాను అభివ్యక్త మొనర్చుకోడానికి ప్రాణమయచేతన అతిముఖ్యమైన ఉపకరణం.

అహంకారస్పర్శలేని ప్రాణమయచేతనావిష్కారం

ప్రాణమయచేతన లేనిదే ఏసృష్టి, ఏప్రబలకార్యమూ జరుగనేరదు. దానిపైన ఆధిపత్యం సాధించి దాని నిజస్వరూపములో దానిని ప్రకాశింపజెయ్యడమే కావలసినది. అహంకారవివర్జితమై ఏకకాలముననే ప్రశాంతితోపాటుగ ప్రగాఢతీవ్రతను వెలార్చుకొనగల స్వరూపమది.

నిక్కమైన ప్రాణచైతన్యశక్త్యావిష్కారం

అజ్ఞాన భూయిష్ఠమగు సామాన్యప్రాణమయకోశంలో నిక్కమైన

ప్రాణమయపురుష చైతన్యశక్తి వికృతిచెంది కామరూపం తాలుస్తుంది. కామప్రవృత్తులను శాంతింపజేసి నిక్కమైన ప్రాణశక్త్యావిష్కారానికి ప్రయత్నించు. అట్లు కాదేని చైత్యపురుషునిముందుకు గొనివచ్చి తద్వారా ప్రాణకోశవిశుద్ధి సాధించినా నిక్కమైన ప్రాణశక్త్యావిష్కారం జరుగగలదు.

ఈశ్వరోపకరణంగా ప్రాణమయచేతన

జీవితసరళిలో ప్రాణమయకోశమునం దెట్టి ప్రవృత్తులు ప్రోదిచేసుకొన్నా ఈశ్వరోన్ముఖంగా వాటిని నీవు త్రిప్పగలిగినప్పుడు సులభంగానే వాటిని బయటికి వెడలనడపవచ్చును. ప్రాణమయచేతన ఎంత ప్రమాదకరమైన యజమానియో అంత ఉత్తమోత్తమమైన ఉపకరణం.

సామాన్య జీవితంలో ప్రాణశక్తి నియమనం

అశాంతినిలయమైన ప్రాణమయకోశచైతన్యశక్తిని నిగ్రహించి కట్టుబాటులో నడపగలవారే సామాన్యజీవితంలో పౌరుషవంతులుగా పరిగణింపబడి తమతమ ఆశయసాధనలోతరచుగా విజయవంతులు కాగలుగుతూవుంటారు. మానసికమైన ఇచ్ఛాబలంచేత దానిని వారు ఆవిధంగా కట్టుబాటులోనుంచడం జరుగుతూవుంటుంది.

యోగసాధనలో ప్రాణశక్తి నియమనం

యోగసాధనలో ప్రాణశక్తినియమనం అంతశ్చేతనయందలి ఇచ్ఛాశక్తి ద్వారా జరుగుతుంది. ప్రాణకోశమును తపస్సుకు విధేయమొనర్చి

శాంతిస్థిరతల ప్రతిష్ఠింపజేసేది ఆ ఇచ్ఛాశక్తియే. అట్లుగాక శాంతి స్థిరతలను ఊర్ధ్వమునుండి క్రిందికి ఆహ్వానించి ప్రాణకోశమును కామవివర్జితం చేయడంకూడా కలదు.

ప్రాణమయచేతన యాజమాన్య ప్రమాదం

ప్రాణమయచేతనలోని ఇష్టానిష్టములను, ఊహాపోహలను, కామనలను, దురభ్యాసములను నీవు నిగ్రహించక సాగనిచ్చినట్లయితే అదే నీకు యజమానియైకూర్చుండి సుఖశాంతులను మృగ్యంచేస్తుంది. ఏ అవిద్యాశక్తికో అది ఉపకరణం కావడమే కాక దానిపై ఆధిపత్యం వహించగోరే ఏఅహితశక్తికో అది ఉపకరణమైపోవడంపైతం సంభవించవచ్చు.

ముఖ్య ప్రతిబంధకం

ప్రాణమయప్రకృతియందలి గందరగోళపు అశాంతియే నిన్ను తేజస్సులోనూ, శాంతిలోనూ నివసించనివ్వకుండాచేసే ముఖ్యప్రతిబంధకం. దానిని శాంతింపజేయగలిగినప్పుడిక ప్రధానమైనచిక్కు విడిపోయినట్లే. అన్నమయ ప్రకృతియందు అజ్ఞానమూ, జడత్వమూ ఉన్నా అది దీనంతగ బాధించదు.

అన్నప్రాణమయ ప్రకృతుల అవరోధ భేదాలు

అన్నమయప్రకృతిలోని అవరోధం ఒక్కొక్కప్పుడెంత మొండితరహాదైనప్పటికీ ప్రాణమయ ప్రకృతిలోని అవరోధంవలె అలజడికలుగ జేయు

వట్టిదికాదు. కనుకనే ప్రాణమయప్రకృతియందలి అలజడిని శాంతింపజేయ గలిగినప్పుడు అటుపిమ్మట అన్నమయ ప్రకృతియందలి అజ్ఞానమునూ జడత్వంనూ తొలగించడం సులభమే.

కామక్రోధాదులపై అధిపత్యావశ్యకత

కామక్రోధాలు ప్రాణమయకోశప్రవృత్తులు. మానవప్రకృతి సహజములుగా సామాన్యజీవితమున జనులు భావించి వాటిని హర్షించడం జరుగుతూ వుంటుంది. సంఘమర్యాదలకులోబడి కొన్ని కట్టుబాటులతో నడవడానికి మాత్రం ప్రయత్నిస్తూవుంటారు. ఆధ్యాత్మికజీవితమున ముఖ్యంగా పూర్ణ యోగసాధనలో వీటిపై సంపూర్ణమైన ఆధిపత్యం సాధించడం అత్యంతా వశ్యకం.

సాధకులయందలి కామక్రోధాలు

కామ క్రోధాలపై ఆధిపత్యం సాధించ వలసిన అవసరం సాధకులకు ఉన్నందుచేతనే వాటితో పోరాటం సాధారణమానవులకంటె వారిలో హెచ్చుగా కావవస్తూవుంటుంది. అయితే దీనినిబట్టి కామక్రోధాదులు సాధారణమానవులకంటే సాధకులలోనే హెచ్చుగా పొటమరిస్తూవుంటా యనిమాత్రం సారాంశం తియ్యగూడదు.

సాధకునిలో జరిగే సంఘర్షణ

సాధకునియందలి ఆధ్యాత్మికమనస్సు కామక్రోధాదులపై ఆధిపత్యం సాధించవలెనని కోరుతూవుండగా ప్రాణమయకోశ ప్రవృత్తులు దాని

కెదురుతిరిగి నవజీవితంలోకూడా పూర్వజీవితంలోవలెనే తమ ఇచ్ఛాను సారంగా ప్రవర్తించవలెనని అభిలషిస్తూ వుంటాయి. సాధకునిలో కామ క్రోధాదులు హెచ్చు అవడాని కిది ప్రమాణం కానేరదు.

సాధారణ మానవుని అజ్ఞానస్థితి

సాధారణమానవునికి తనలో వుండే దోషాలనేకం తెలియవు. దానికొక కారణం ఏమంటే వాని ప్రాణమయ ప్రకృతి ఆదోషాలను వానిమనస్సుకు తెలియనివ్వకుండా కప్పిపుచ్చి ఏ ప్రవృత్తికైనా నిజమైన కారణమేమిటో తెలియబడకుండునట్లు చేస్తూ తనకోపం ఆవిధంగా తీర్చుకోడం సాధారణంగా జరుగుతూవుంటుంది.

మానవసేవాదుల పేరట అహంకార ప్రవృత్తి

మానవసేవ మొదలైనవానిపేరట కొనసాగే ప్రవృత్తులమాటున తరచుగా అహంకారమే దాగుకొనివుండడం జరుగుతూవుంటుంది. యోగసాధనలో ఈ తెరచాటు వ్యవహారాన్ని బట్టబయలొనర్చి పూర్తిగా నిర్మూలించి వెయ్యడం అత్యంతావశ్యకం.

అవాంఛనీయ ప్రవృత్తుల అణచివేత

సామాన్యజీవితంలో కొన్ని అవాంఛనీయ ప్రవృత్తులు పూర్తిగా నిర్మూలించబడుటకు బదులు అణచివేయబడినందువలన కూడా అవి

కాలాంతరమున పొటమరించి మనః, ప్రాణ, దేహసంబంధమైన కొన్ని జాడ్యముల రూపంలో బయటపడటంకూడా కద్దు. యూరోపియన్ మనశ్శాస్త్రవేత్త లిటీవల దీనిని ఒక క్రొత్తశాస్త్రంగా అతివ్యాప్తితో వెలువరింపజేయడం కూడా జరిగినది.

అవాంఛనీయ ప్రవృత్తుల తొలగింపు

ఏ అవాంఛనీయ ప్రవృత్తులు తనలో అణగారి దాగివున్నవో సాధకుడు తెలుసుకొని వాటిని తొలగించుకోవలసివున్నది. ఇందుకు వాటిని మొదటగా పైకి పంపవలసివున్నమాట నిజమే. కాని ఆతేవడం వాటిని యధేచ్ఛగ సాగనిచ్చుటకుకాదు. వాటిని గుర్తించి పూర్తిగా తనలో నుండి తొలగించివేసుకోవడానికి.

నిగ్రహం సాధ్యాసాధ్యాలు

ఆత్మనిగ్రహం కొందరికి సుకరమూ, మరికొందరికి దుష్కరమూ కావడానికి కారణం వారి ప్రకృతిభేదమే. సాత్త్విక ప్రకృతికలవారికి నిగ్రహం సుసాధ్యంకాగా రాజస ప్రకృతులకు అది దుస్సాధ్యమేకాక తరచుగా అసాధ్యంకూడా అవుతూవుంటుంది.

నిగ్రహసాధనకు అనుకూల్య, ప్రాతికూల్యములు

దృఢమైనమనస్సు, మానసిక సంకల్పబలం కొందరికి ఉంటుంది. ఇది నిగ్రహానికి సహాయకారి. అట్లుగాక ప్రాణమయ ప్రకృతి ప్రధానులైన

వారిలో తత్సంబంధమైన ఉద్వేగములు చాలప్రబలంగా ఉంటాయి. కొందరు నిగ్రహం అనవసరముగా భావించి ఆ ఉద్వేగాలనే అనుసరించడం కద్దు.

మానసిక నిగ్రహం అసమగ్రం

మానసిక సంకల్పబలంతో నిగ్రహమునకుకాదు సాధకుడు ప్రయత్నించవలసినది. మానసికనిగ్రహం అసమగ్రం. ఇంద్రియాదులను అది అదుపులోపెట్టుతుందేకాని వాటికి విమోచనం కల్పించదు. విమోచనం కల్పించేది చైతన్యపురుషావబోధపూర్వక ఆధ్యాత్మిక నిగ్రహంమాత్రమే.

ప్రాణమయభూమికలోనికి అకాలావతరణం

మనోమయచైత్యభూమికలు సిద్ధంకానిదే ప్రాణమయభూమికను తెరచి సాధకులనేకులు సాధనలో అభివృద్ధిగాంచలేక చిక్కులపాలవుతూ వుంటారు. మనోమయభూమికలో నిక్కమైన ఆధ్యాత్మికానుభూతులు కలగడం కొంత ప్రారంభమైనవెంటనే ప్రాణమయభూమికలోనికి అకాలావతరణం జరిగినందువలన విపరీతమైన అయోమయస్థితి, గందరగోళం ఏర్పడుతుంది.

ప్రమాదభరితం కాగల కామాత్మ వివృతి

ఆధ్యాత్మిక సంస్పర్శలచే మనోమయభూమిక తగినంతగా సన్నద్ధం కాక మునుపే ప్రాణమయభూమికయందలి కామాత్మ వివృతిని పొందినట్లయితే

సాధకుని దురవస్థ చెప్పవలవియేకాదు. కనుక సాధకుడీ విషయంలో కడుజాగరూకుడై మెలగడం అవసరం.

ముఖ్యమైన ఆకాంక్షలు

మనోమయభూమిక చైత్యపురుషస్థానపు సత్యచేతనానుభూతులతో విందారి సన్నద్ధంకావలెనని నిత్యమూ ఆకాంక్షించు నిశ్చలత, శాంతి, అచంచల విశ్వాసము, విశాలతావిస్తరణ, జ్ఞానాభివృద్ధి, ప్రగాఢమూ, ప్రశాంతమూ నైన భక్తి, ఇవీ ముఖ్యంగా నీవు కోరుకోవలసినవి.

పరిసర ప్రాతికూల్యాము

నీ పరిసరముల గురించీ వాటి ప్రాతికూల్యం గురించీ నీ వాందోళన చెంద వద్దు. ఒక విధమైన విషమపరీక్షగా అవి నీకు సంప్రాప్తిస్తాయి. ఈ పరిస్థితులకు అంతరంగంలో కలతచెందకుండ నిశ్చల భావంతో నీ సాధనను నీవు కొనసాగిస్తూ ఉంటే అదే నీకు కావలసిన బలాన్ని చేకూర్చేందుకు తోడ్పడుతుంది.

చైత్యసంబంధమైన బలిష్ఠాధార కల్పన

ప్రాణమయ భూమిక కేంద్రంగా సాధనచేసే వారికి ఆసక్తిదాయకమైన అనుభవాలే కలిగినా వాటిలో సత్యాసత్యముల మిశ్రణం వుంటుంది. కావుననే సాధకుడు హృదయమును కేంద్రంగా చేసుకొని భక్త్యాకాంక్షల

ద్వారా చైత్యపురుషుని ముందుకు కొనివచ్చి చైత్య సంబంధమైన బలిష్ఠాధారమును సాధనకు కల్పించడం అత్యంతావశ్యకం.

కపాలస్థానమున ఏకాగ్రత

ఏకాగ్రత కపాలస్థానమున కుదిరితే సాధన మనోమయ భూమికలో జరుగుతున్నదన్నమాట. అచటి కేంద్రం మనోమయభూమిక నంతనూ నేరుగా అనుశాసిస్తుంది. ఈ సాధనా ఫలితంగా మనస్సు తాను శాంతించి ప్రాణమయభూమికలోని అలజడిని కూడా కొంతవరకు శాంతింపజేయ వచ్చును. కాని ప్రాణమయభూమికలో మార్పు తీసుకురావలెనంటే మాత్రం సాధన ప్రాణమయ భూమికలోనికి దిగిరావడం అవసరం.

ప్రాణమయ పురుషుని విమోచన

ప్రాణమయ పురుషునకు విమోచనం కల్పించడానికై సాధన క్రిందికి దిగివచ్చే సందర్భంలో ఏకాగ్రత హృదయస్థానంలో కుదరవలసిన అవసర మేర్పడుతుంది. హృదయస్థానంలో ఉన్నది చైత్యపురుషకేంద్రం కాగా, నాభివెనుక నుండేది ప్రాణమయపురుషకేంద్రం. యోగశక్తిచే ఈ ఉభయకేంద్రాలూ ప్రబుద్ధములై ఆక్రమించబడినప్పుడు చైత్యాత్మశక్తి ప్రాణమయప్రకృతినిసైతం అనుశాసించి ఈశ్వరునివైపు మరల్పగలుగుతుంది.

ఉభయరీతులా ఏకాగ్రతా సాధన

సాధకుడు తన యిచ్ఛానుసారముగా కపాలస్థానమునందునూ, హృదయ స్థానమునందునూ కూడ ఏకాగ్రతను సాధించ నేర్చుకోడం ఉత్తమోత్తమం. అట్లు ఉభయరీతులలోనూ ఏకాగ్రత నలవరచుకొన్నందువలన సాధన మరింత సమగ్రంగా శక్తిసంపన్నమవుతుంది.

నీ ముఖ్య కర్తవ్యం

ఏకష్టములురానీ ఈశ్వరభక్తియందూ, దాని మార్గదర్శిత్వమందూ నిండు విశ్వాసముంచి నీ సకలసత్తనూ సాధన కభిముఖంగా అంతకంతకూ విస్తృతమొనర్చుకొంటూ ప్రశాంతముగ ముందుకుసాగిపోవడ మొక్కటే చేయవలసినపని. సత్తయందలి విభాగములన్నీ ఎరుకగలిగి పరివర్తనకు అంగీకరించుపర్యంతమూ నడువవలసిన సాధనపద్ధతియిది.

కవితా రచనవంటి ప్రవృత్తులు

సన్యాసమునకు, తపస్సుకు విరుద్ధమనే భ్రమతో కవిత్వం వ్రాయడంవంటి తమ ప్రవృత్తులను సాధకుడు విసర్జింపరాదు. పెక్కు అనుభూతులతో అంతరంగిక జీవనమందు ఆసక్తి హెచ్చి యీ ప్రవృత్తులు వాటంతటవే రాలిపోతే అది వేరుమాట. అప్పుడైనా వాటిని వదలివేయాలనే నియమమేమీలేదు. సాధనలో అదికూడా అంతర్భాగమే కావచ్చును.

కవితా రచనాదులు చేయవలసిన తీరు

ఇతరులు మెచ్చుకోవాలనే కోరిక, కీర్తిప్రతిష్ఠలు రావాలనే అభిలాష, నేను గొప్పగా వ్రాయగలిగానన్న అహంకారం, ఇవేమీలేకుండా సాధకుడు కవితారచనవంటి ప్రవృత్తులను కొనసాగించవలసి ఉంటుంది. కవితా రచనాదులను వదలకుండానే పైవాటిని వదలిపెట్టడం సాధ్యమే.

ప్రాణకోశ సంబంధమైన ప్రవృత్తి అవశ్యకత

సాధకులకు పెక్కుమందికి ప్రాణమయకోశసంబంధమైన ప్రవృత్తి ఒకటి ఏదైనా ఉండడం అవసరం. సాధనకు అపకారకమైనదికాక ఉపకారకమైనది ఏదైనా అట్టి ప్రవృత్తి వారికి లేకపోయినట్లయితే, ఒకవిధమైన మాంద్యం వారిని ఆవహించవచ్చు లేదా, తిరుగుబాటునకు సైతం అది వారిని ప్రేరేపించవచ్చు. కనుకనే కవితా రచనాది ప్రవృత్తులు త్రోసిపుచ్చదగినవికావు.

ప్రాణమయసత్త కల్పించే అవరోధాలు

ప్రాణమయసత్త ఆమోదంలేనిదే సాధన కొనసాగడం చాలకష్టం తనకు ఆమోదకరం కానప్పుడది సహాయనిరాకరణం చేస్తుంది. ఒక విధమైన అసంతృప్తి సాధనను తిలకిస్తూ ఏక్షణంలోనైనా సరే సంశయమూ, వైముఖ్యమూ వెలిబుచ్చడానికి సిద్ధమైవుంటుంది. లేక ఒక తీవ్రప్రయత్నంచేసి తనకేమీ లభికలుగలేదంటూ అట్టే కూలబడుతుంది.

సృజనాత్మకానంద ప్రకటనకు అవకాశం

సాధనలో ప్రాణమయసత్త తోడ్పాటులేకుండా మనోమయసత్త చేయ గలిగేది స్వల్పం. ప్రాణమయసత్త ప్రసన్నంగావుంటూ సాధనపట్ల సుముఖంగా వుండడం అవసరం. కవితారచనవంటి సృజనాత్మక ప్రవృత్తులలో ప్రాణమయసత్తకు ఆనందంవుండేటప్పుడు వాటికి అవకాశాలివ్వడంలో ఆధ్యాత్మికంగా తప్పేమీలేదు. ఎందుకు దానికానంద ప్రకటనావకాశంలేకుండా చేయడం ?

ఆధ్యాత్మికానుభూతుల స్వీకరణ

చలించే మనస్సుతో ధ్యానం నిష్ప్రయోజనం. నిశ్చల మనస్సువండే అనుభూతికలుగుతుంది. నిస్తరంగజలంలోనే సూర్యుడు సరిగా ప్రతి ఫలిస్తాడు. ఆధ్యాత్మిక సోమరసంతో నింపుకోడానికి గిన్నెను ఖాళీ చెయ్యాలి. మనస్సులోకీ, హృదయంలోకీ సమస్తమూ దానంతటది ప్రవాహంలాగ వచ్చిపడేటందుకు వాటిని అందు కనుగుణంగా సిద్ధం చేసుకోవడం అవసరం.

ప్రాణమయసత్తలోని అధోవిభాగ లక్షణం

ప్రాణమయసత్తయందలి ఊర్ధ్వాధోవిభాగములలో అధోవిభాగమే క్షుద్రా హంకార భూయిష్ఠమై మానవుని బాహ్య వ్యక్తిత్వాన్ని సామాన్యంగా నడుపుతూఉంటుంది. బాహ్యవ్యక్తికి అభ్యస్తమై వున్న భావసంపుటి శీలము, ప్రవర్తన అన్నింటిపైనా పెత్తనం ఈ విభాగానిదే.

ఊర్ధ్వ విభాగ వృత్తుల మరుగుపాటు

మనోమయసత్తలోని వివిధవిభాగములు, ప్రాణామయసత్తలోని ఊర్ధ్వ విభాగం, వీటిలోని పరిస్థితులు ఏ విధంగా ఉన్నప్పటికీ ప్రామణయసత్త అధోవిభాగం ప్రబుద్ధమైనప్పుడు అవన్నీ తాత్కాలికంగా మరుగునపడి పోయి ఈవిభాగంచేత నడుపబడే బాహ్యావ్యక్తియే ప్రాబల్యం వహించడం జరుగుతూ వుంటుంది.

ఆకాంక్ష మున్నగు వాని అసమగ్రత

ఊర్ధ్వవిభాగములలో సత్యము నెడ ఆకాంక్ష ఉండవచ్చు. అవరోధాలనూ అహితశక్తులనూ జయించవలెననెడి యిచ్ఛ, అభినివేశమూ ఉండవచ్చు. కాని ప్రాణమయ సత్తయందలి అధోవిభాగమూ, దానిచే నడుపబడు బాహ్య వ్యక్తిత్వమూ వెలుగునకు విముఖమై మార్పున కంగీకరించ కున్నంతకాలమూ అదంతా అసమగ్రము, దోషమిశ్రితము, అసమర్థము కాకతప్పదు.

ముఖ్యమైన విషమ పరీక్ష

మానవసత్తయందలి ఊర్ధ్వవిభాగములనే కాక అధోవిభాగములను కూడా వెలికిగొనివచ్చి తక్కిన విభాగములవలె అవికూడా దివ్యపరివర్తనమునకు అంగీకరించుటో నిరాకరించుటో తేల్చుకొనేటట్లు చేయవలసిన ఆవశ్యకత పూర్ణయోగసాధనలో మిక్కిలిగా ఉన్నది. పూర్ణయోగములోని ముఖ్యమైన విషమపరీక్ష ఇచటనే కలదు.

అత్యావశ్యకమైన పరివర్తనం

ప్రాణమయసత్తయందలి అధోవిభాగం రూపాంతరంచెందితేతప్ప అన్నమయచేతన, భౌతిక జీవనము రూపాంతరం చెందనేరవు. ఈ మార్పు సాధించబడనంతవరకూ ఊర్ధ్వవిభాగములందు పొడసూపిన ఏ వెలుగు, అనుభూతి, ఏ ఆనందాతిరేకమైనా పర్యవసానమున ఏమంత ప్రయోజనకారి కాదనే చెప్పవలసివుంటుంది.

బాహ్యపరివర్తనపు ఆవశ్యకత

బాహ్య వ్యక్తిత్వపు అలవాట్లలో పూర్ణపరివర్తనం సాధించకుండా ఆంతరికముగ పాక్షికమూ, అస్థిరమూనైన ఆధ్యాత్మిక వికాసముతో తృప్తి చెందడం పూర్ణయోగ పద్ధతి కానేరదు. బాహ్యపరివర్తనావశ్యకతను గుర్తింపనొల్లనివారు పూర్ణయోగసాధకులు కారన్నమాటే.

ఆమోదింపగూడని క్షుద్ర ప్రేరణలు

ప్రాణమయసత్త అధోవిభాగపుక్షుద్రప్రేరణలను పూర్ణయోగసాధకుడు ఆమోదించరాదు. ఆమోదించినట్లయితే బాహాటంగానో, చాటుగానో అది ఇక అతని వాక్కర్మలను అనుశాసించడం మొదలుపెట్టుతుంది. దానిని ఎదుర్కొనే గట్టిప్రయత్నమేదీ అతడు చేయలేకపోతాడు.

ప్రతిఘటన ధరించే ఒక రూపవిశేషం

పూర్ణయోగసాధనకు ప్రతిఘటన ఒక్కొక్కప్పుడు కొన్ని విచిత్రరూపాలు ధరిస్తూ వుంటుంది. ప్రాణమయసత్త అధోవిభాగమున ఒకవిధమైన

స్వాతిశయ ప్రవృత్తితో కూడిన రాజసాహంకారం అట్టి రూపములలో నొకటి. ప్రాణమయసత్త ఊర్ధ్వవిభాగమున అధినేతృత్వ లక్షణాలతో పనిచేసే శక్తి విశేషమునకిది వికృతరూపం.

ఇతరులపై తన ప్రభావ ప్రసారణకు ప్రయత్నం

స్వాతిశయ ప్రవృత్తితో కూడిన రాజసాహంకారము ననుసరించి ఏ విధానసైనా తానొక హోదాను నిలబెట్టుకోవాలనే భావం సాధకునిలో తలయెత్తవచ్చు. జ్ఞానము, యోగశక్తులు ఇతరులకంటే తనలో హెచ్చుగా నున్నట్లు తలపోసుకొని ఇతరులపై తన ప్రభావం ప్రసరింపజేసి వారికి తోడ్పడేపేరిట వారిని తన కట్టడిలో వుంచుకోవాలని ప్రయత్నించడంసైతం తరచుగా జరుగుతూ ఉంటుంది.

ఉపకారానికి బదులు అపకారం

ప్రాణమయ సత్త ఊర్ధ్వవిభాగము కూడా తన శక్తి సామర్ధ్యములను, వాటికిమూలమైన పరాశక్తి కర్పణచేసి ఆమె యిచ్ఛానుసారం వాటిని వినియోగించవలసినదే. అట్లు కాకుండా అహంకారంతోనే వాటిని వినియోగింపజూచిన యెడల మార్గముతప్పి కార్యభంగము కలిగించుటే కాక అహితశక్తులను ప్రేరేచి ఉపకారం చేయనెంచినవారికి అపకారం చెయ్యడం కూడా జరుగుతుంది.

అల్పపరిధిలోనైనా అనల్పహాని

ప్రాణమయసత్త అధోవిభాగపుశక్తి సామర్ధ్యములు అల్పములే కావచ్చును. కాని పరాశక్త్యధీనములుగాక అహంకార దూషితములైనప్పుడు మరింత

పత్యమారములువికృతములునై అల్పపరిధిలోనైనా అనల్పహానికలిగిస్తాయి. అహితశక్తులను రాబట్టడానికి ఇంతకంటె సూటిమార్గం మరిఉండదు.

పెడమార్గం పట్టించే వికృత లక్షణాలు

అవిధేయత, నియమోల్లంఘనము, ఇవికూడా ప్రాణమయసత్త అధో విభాగమును పెడమార్గం పట్టించే వికృతలక్షణాలే. తనకు ఎలాతోస్తే అలా ప్రవర్తించడమే దాని అలవాటు. నియమోల్లంఘనం చెయ్యాలని అనుకోనక్కరలేకుండానే అది స్వాభావికంగా అట్టి పెడదారిలో పడిపోవడం జరుగుతూ ఉంటుంది.

పూర్ణ యోగ సాధనకు విరుద్ధమైన చర్య

పరిచ్ఛిన్నము, క్షుద్రము, హేయము, స్వార్థభూయిష్ఠము, వివేకహీనము, అసంబద్ధమునైన తనఎప్పటి మానవచేతననే ప్రాణమయసత్త అధో విభాగానికి చెందిన బాహ్యవ్యక్తిత్వం వదనాడకుండా ఇంకా పట్టుకొని ప్రాకులాడుతూ వుండే యెడల పూర్ణయోగసాధనకది పూర్తిగా విరుద్ధ చర్యయే అవుతుంది. పూర్ణయోగసాధకుడు దానిని ఎంతమాత్రం హర్షించుటకు వీలులేదు.

నిజమును కప్పిపుచ్చి మాట్లాడే అలవాటు

నిజమును కప్పిపుచ్చి మాట్లాడే అలవాటుకూడా ప్రాణమయసత్త అధో విభాగమందలి చెడ్డ అలవాటే. సాధనకిది మిక్కిలి హానికరం. తాను

నిజమును కప్పిపుచ్చి మాట్లాడుతున్నట్లు తెలుసుకోలేని పరిస్థితిలో కూడ ఈ అలవాటు కలవారు తరచుగా పడిపోతూ వుండడం కద్దు.

తనను తాను నిత్యమూ సమర్థించుకొనే అలవాటు

తనను తాను నిత్యమూ సమర్ధించుకొన యత్నించడం మరొక హానికరమైన అలవాటు. అడుగడుగునా తన పరిస్థితినీ, తన కార్య పద్ధతినీ సమర్థించు కోడమే పనిగా పెట్టుకొనే సాధకుని ప్రాణమయసత్తను సరియైన జ్ఞాన కర్మలకు మరలించడం దుస్సాధ్యం.

సమ్యగ్దృష్టితో కూడిన పురుషకారం అవసరం

ఎటువంటి చిక్కులతో నీ ప్రకృతి కూడుకొని వున్నా, ఎంతటి సుదీర్ఘ శ్రమ వాటిని ఎదుర్కొనడానికై నీవు పడవలసివచ్చినా, అవి సత్యమును ప్రతిఫలించి కలకాలమూ నీ యందు తిష్ఠ వేసుకొని వుండజాలవు. వివిధ విభాగములయందు సరియైన దృష్టినీ, పురుషకారమునూ నీవు విడనాడ కుండుటయే కావలసినది.

సరియైన ఆత్మ సమర్పణ

నీ సత్త యందలి సకల విభాగములూ సంపూర్ణముగ దివ్యపరివర్తనము నకు అంగీకరించినప్పుడే అది సరియైన ఆత్మ సమర్పణ అవుతుంది. ప్రాణమయసత్త అధోవిభాగపు అంగీకారం కేవలం బుద్ధివృత్తిచే

ఉద్ఘాటించబడినదీ, భావావేశంచే ప్రకటీకృతమైనదీ మాత్రమేగాక స్థిరమైన దృక్పథంతో నిరంతరమూ కార్యరూపం ధరించునదై ఉండడంకూడా అవసరం.

పూర్ణయోగ సాధనకు అధికారి

పూర్ణయోగసాధన ఆడుతూ, పాడుతూ అలవోకగా కొనసాగించ వీలయ్యేదికాదు. ఈశ్వరునితో ఐక్య సంసిద్ధికొరకు ఎవరు తమ క్షుద్రాహంకారమునూ, దాని ఆకాంక్షలనూ నిర్మూలింప సంసిద్ధులై, సర్వాత్మనా ఆలక్ష్యసాధనకు శ్రద్ధాళువులు కాగలరో, అట్టివారే దానిని తుదివరకూ కొనసాగించగలుగుతారు.

విఘ్నములు కల్పించే అహితశక్తులు

పూర్ణయోగసాధన మిక్కిలి ఉదాత్తమైనదీ, కష్టసాధ్యమైనదీ కూడ. సందు ఏమాత్రం దొరికినా నీ అవరప్రకృతియందలి అహితశక్తులు సాధనను పెడదారి పట్టించడానికి సిద్ధంగా వుంటాయి. నిర్వీరామము, తీవ్రతమమునైన ఆకాంక్ష, తపస్సు నిర్విఘ్నముగా దానిని నిర్వహించుట కత్యంతావశ్యకం.

పూర్ణయోగ సాధనకు పరిపడని ప్రవృత్తులు

మానవప్రకృతిపేరట సాధారణముగా సమర్థించబడే అవరప్రవృత్తుల యందు లాలసులగువారు పూర్ణయోగసాధకులు కానేరరు. అజ్ఞానా

వరణములోని ఈ ప్రవృత్తులతో దివ్యసత్యమునకు తాదాత్మ్యం కల్పించి వాదింపజూచెడివారికిసైతమూ పూర్ణయోగసాధన దుస్సాధ్యమే.

పూర్వపు వ్యక్తిత్వముల అతిక్రమణం

నీ పూర్వపు వ్యక్తిత్వాన్నీ, దానికి సంబంధించిన దేహేంద్రియమనః ప్రవృత్తులనూ, అభ్యాసాలనూ నీవు వదలక పట్టుకొని వ్రేలాడుతూ వుండగోరుతున్నట్లయితే నీకు పూర్ణయోగసాధన కుదరదు. పూర్ణయోగ సాధకుడు ఎప్పటికప్పుడు తన పూర్వ వ్యక్తిత్వాలను అతిక్రమించిపోతూ అంతకంతకు ఉన్నతోన్నత భూమికలనుండి వ్యవహరించుటకు నిరంతరమూ సంసిద్ధుడైవుండడం అవసరం.

ద్వంద్వజీవనానికి తావులేదు

పూర్ణయోగసాధకుడు తన బుద్ధికీ, అహంకారానికీ స్వేచ్ఛను కోరడానికి వీలులేదు. వీటికి అతీతమైన దివ్యసత్యధర్మప్రతిష్ఠాపనం పూర్ణయోగ లక్ష్యం. దివ్యశక్తికి సర్వసమర్పణమే అది నిర్దేశించెడి విధానం. అట్టి యెడ బుద్ధ్యహంకారములకుకూడా స్వేచ్ఛనాశించెడి ద్వంద్వ జీవనమున కచట తావులేదు.

యోగ్యతాసంపత్తిని సంపాదించే ఉపాయం

పూర్ణయోగానికి సంపూర్ణమైన యోగ్యతాసంపత్తి ఎవ్వరిలోనూ సిద్ధమై ఉండదు. తీవ్రమైన ఆకాంక్షచేత, అభ్యాసంచేత, అంతశ్శుద్ధిచేత,

ఆత్మసమర్పణచేత అట్టి యోగ్యతాసంపత్తిని సాధకుడు సంపాదించుకో వలసివుంటుంది.

ప్రాణమయ కోశమున శుద్ధ సంకల్ప ప్రతిష్ఠ

ఆధ్యాత్మిక జీవనమందు నీకుగల నిరంతరాసక్తి, అభిలాషా చైత్యపురుష స్థానమున జనించినదే కావచ్చును. కాని, నీ ప్రాణమయ ప్రకృతి దానికి అవరోధం కల్పిస్తూవుంటే ప్రయోజనంలేదు. ప్రాణమయ ప్రకృతి యందుకూడా శుద్ధసంకల్పమును ప్రతిష్ఠించు వ్యక్తిగతవాంఛలను, స్వార్థ మును, అనృతమును నీ సాధవలో కలవనీయకు. అప్పుడే నీ ప్రాణ మయ ప్రకృతికూడా సాధనకు యోగ్యత నలవరించుకొంటుంది.

మినహాయింపులతో సుఖత్యాగం

నీ ప్రాణమయకోశపు అధోవిభాగం ఊర్ధ్వవిభాగపు ఒత్తిడిచేతను, మనోమయకోశపు ఒత్తిడిచేతను తన కభ్యస్తములైవుండిన క్షుద్రసుఖము లను వదలుకొనివట్లే కనిపించినా, ఆ వదలుకొనుటలో మినహాయింపు లేవైనా దాగివుండి ఆ సుఖములకు బదులుగా ఇతర సుఖముల నపేక్షిం చడం జరుగుతూవుండేయెడల, విషాదమూ, మలినభావాలూ మొదలైనవి విన్నావరించడం సంభవం.

వదలుకొన్న సుఖాలకు బదలాయింపు కోరరాదు

ప్రాణమయకోశపు అధోవిభాగమున వదలుకోవలసి వచ్చిన సుఖములకు బదులుగా ఇతర సుఖములను ఏర్పాటు చేసుకోవలెనని కాంక్షించడం

సరియైన యోగసాధన పద్ధతి కానేరదు. అట్టి కాంక్ష అధ్యాత్మికానుభవ ప్రవాహమును తప్పక నిరోధిస్తుంది.

ఆనందం-అధ్యాత్మసుఖం

దివ్యానందము, దానికిముందు అనుభూతమయ్యే అధ్యాత్మ సుఖము, ఇవి మామూలు సుఖసంతోషముల వంటివికావు. దివ్యానందమనునది సాధన కొనసాగించడానికొక షరతుకాకూడదు. సత్యచేతన, శాంతి, స్థిరత, తేజస్సు, ఓజస్సు, ఎట్టితాకిడులకైన తట్టుకొని జయాపజయముల మధ్య స్థిరముగానిలిచే సమత, వీటి వికాసం ఫలితంగా నీలో ఆవిర్భవించగల సహజస్థితి అది.

సాధన తొలిలక్ష్యాలు

సత్యచేతన, శాంతి, స్థిరత, తేజస్సు, ఓజస్సు, సమత, ఇవే సాధకుడు తన సాధనకు పెట్టుకోవలసిన తొలి లక్ష్యాలు. అత్యున్నతమైన దివ్యానందాను భూతికోసం ఇప్పుడే అతడు తొందరపడరాదు. ఆ దివ్యానందం తన యందలి దివ్యసన్నిధి ఫలితంగా దానంతటదే తుట్టతుదకు సిద్ధించ వలసినది.

దివ్యానందానుభూతి

అతిమానసమైన దివ్యానందానుభూతి ఒక్కసారిగా కలుగునట్టిదికాదు. అది ఉండివుండి ప్రవాహరూపమున కొంతకొంతగా వచ్చి పడడం, అవత

రించడం జరుగుతూ వుంటుంది. ఈ అనుభూతి మొదట్లోనే స్థిరముగా నుండదు. అట్లది స్థిరముగా నుండవలెననిన నీ సత్త యావత్తూ అందుకు తయారై ఉండడం అవసరం.

ఆధ్యాత్మ సుఖశాంతులు స్థిరపడవలెనంటే

దివ్యానందానుభూతి నీలో స్థిరముగా నెలకొనులోపల శాంతి, ఆధ్యాత్మ సుఖము అనునవి స్థిరముగా సుప్రతిష్ఠితములు కావచ్చును. అట్లవి సుప్రతిష్ఠితములు కావలెనంటే అంతరమున నిరంతరమూ ఈశ్వర సంస్పర్శను నీవు పొందుతూ వుండడం అవసరం.

అంతరాత్మతో మెలగడం నేర్చుకోవాలి

అంతరమున ఈశ్వర సంస్పర్శ అంతరాత్మచే, లేక చైత్య పురుషునిచే పొందనగునదిగాని బాహ్యసత్తచే పొందునదికాదు. తన యోగసాధన ఆధ్యాత్మ సుఖశాంతులతో కూడినది కాగోరువాడు తన బాహ్యమనోవృత్తుల యందుగాక అంతరాత్మతో మెలగ గలగడం అవసరం.

ఆసక్తి కలిగింపని కేవలేంద్రియ సుఖం

నీ యందలి ప్రాణమయప్రకృతికి హృదంతరాత్మయైన చైత్యపురుషుని సంస్పర్శ కలిగినప్పుడు, ప్రాణమయ ప్రకృతిసంబంధమైన కేవలేంద్రియ సుఖం నీ కాసక్తిని కలిగింపదు. చైతన్యస్థాయిని క్రిందికి దిగజార్చే లక్షణం అట్టి ఇంద్రియ సుఖానికి ఉండడంవలన దానిని నీవు అవశ్రుతిగా పరిగణించడం కూడా జరుగవచ్చు.

ప్రాణమయ ప్రకృతిలోని దోషాల నిర్మూలన

నీ ప్రాణమయ ప్రకృతి యందలి దోషాలు, వాటిని నిర్మూలింపవలసిన అవసరం నీకు స్పష్టంగా కనిపిస్తూ వుండేయెడల చైత్య పురుషవికాసం నీలో కలగనారంభించిందన్నమాటే. ఆదోషాలకు నీవు కలత చెందవలసిన పనిలేదు. చైత్యపురుషోన్మీలనం కలిగినకొలదీ క్రమంగా అవి పట్టుతప్పి తుదకు అంతరించిపోతాయి.

సాధనను భంగించే అసత్ప్రవృత్తులు

ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి ప్రతిబంధకమయ్యే ప్రతిదీ సాధనదృష్ట్యా అసత్ప్రవృత్తియే అవుతుంది. సంశయము, తిరుగుబాటు, అహంకారికమైన కోర్కెలు, కామలోలుపత్వము, ఇవే సర్వసాధారణంగా లెక్కకువచ్చే అసత్ప్రవృత్తులు. కాని అసత్ప్రవృత్తులు ఇంకను అనేకం కలవు.

నాభిస్థానం దిగువలో ఆకాంక్ష

దివ్యపరివర్తనకై ఆకాంక్ష నాభిస్థానంలోనూ దానికి దిగువ స్థానంలోనూ గూడ బయలుదేరవచ్చు. ప్రాణమయకోశపు ఊర్ధ్వ విభాగ పరిధిలోనిది నాభిస్థానం. దానికి దిగువనుండేది ప్రాణమయకోశపు అధోవిభాగ స్థానం. ఇచట ఆకాంక్ష బయలుదేరినప్పుడు, ఇచటి చిన్నచిన్న కోర్కెలు కోపతాపాలు, అసూయలు మొదలైనవాటిని త్రోసిపుచ్చే ప్రయత్నం జరుగుతుంది.

ప్రాణమయకోశపు సంశయ ప్రవృత్తులు

సాధకుల సంశయాలు సామాన్యంగా వారి మనోమయ ప్రకృతినుండికంటె ప్రాణమయ ప్రకృతినుండియే బయలుదేరుతూ ఉంటాయి. ప్రాణమయ కోశంలో ఏదైనా వక్రత ఏర్పడినప్పుడు, సంశయములనేవి బయలుదేరి ఒకేరూపంలో ఒకేభాషలో మాటిమాటికి సాధకుని ఎదుర్కొనడం జరుగుతూవుంటుంది. మనోమయకోశములోని విశ్వాసములూ, నిశ్చయములూ వాటిని నివారించలేని స్థితిలో ఉంటవి.

ప్రాణమయచేతన ప్రవృత్తి లక్షణం

హేతుబద్ధంగా నడవడమనేది ప్రాణమయ చేతనకు ఎన్నడూ అలవాటు లేనిపనే. తనను సమర్థించుకోడానికది హేతువాదాన్ని ఉపయోగించుకొనేటప్పుడుసైతం దాని ప్రవృత్తి అసంబద్ధమే. దేనినైనా విశ్వసించడం గాని, విశ్వసించకపోవడంగాని అది తనకు తోచినపద్ధతిలో చేస్తుందేతప్ప హేతువాదమును పురస్కరించుకొనికాదు.

ప్రాణమయచేతన పరిణతిక్రమం

మానవునిలోని ప్రాణమయచేతన తన సహజ ప్రేరణననుసరించి పరిణామక్రమంలో పరిణతిపొంద నారంభించినదేకాని హేతువాదమును పురస్కరించుకొనికాదు. ఏవిధాన తన కోర్కెలు సాధించుకోవచ్చునననేదే అది అన్వేషించే ఉపాయం. జ్ఞాన, విజ్ఞాన ప్రబోధములు దానికి సమ్మతంగా ఉండవు.

హేతువాదంతో ప్రాణమయచేతనావృత్తుల సమర్థన

ఏ ప్రవృత్తినైనా హేతువాదంతో సమర్థించుకోవలసిన అవసరం మానవునిలో వృద్ధిపొందినందున, ప్రాణమయ చైతన్యవిశిష్టమైన మనస్సు తన సహజ ప్రవృత్తులను సమర్థించుకోడానికి ఒక ఉపాయాన్ని అవలంబించడం నేర్చుకుంటుంది. తనకు అనుకూలమైన హేతువాదాలను బుద్ధి తనకు సమకూర్చేటట్లు చేసుకోడమే ఆ ఉపాయం.

యోగ్యత తనకు లేదని తప్పించుకొనే ఉపాయం

హేతువాదం తనకు ఉపయోగపడే పరిస్థితి లేనప్పుడు ప్రాణమయచేతన దానిని నిర్లక్ష్యంచేసి తన సహజప్రవృత్తినే కొనసాగించుకొన జూస్తుంది. "నా ప్రవృత్తి నీకు నచ్చలేదు. నేను నా ప్రవృత్తిని మార్చుకోలేను. తగిన యోగ్యత నాకింకా అలవడలేదన్నమాట. నాదారిన నన్నుపోనీ" అనే ధోరణిలో అది బుద్ధికి సమాధానంచెప్పి తప్పించుకోడం అది అవలంబించే మరొక ఉపాయం.

ప్రాణమయచేతనాజనిత అంధప్రవృత్తి ప్రాబల్యం

అసంబద్ధమైన తన అంధ ప్రవృత్తిని సమర్థించుకొనేందుకు ప్రాణమయ చేతనకు ఏ ఉపాయమూ దొరకనప్పుడు, విశ్వప్రకృతిమంచి వచ్చిన ఆ ప్రవృత్తికుండే బలమేచాలు ప్రాణమయచేతనను తాత్కాలికంగానైనా గుడ్డిగా దానినే అనుసరించేటట్లు చెయ్యడానికి.

బాహ్యమనస్సు కానలేని లోగుట్టులు

తాను మాట్లాడే మాటవెనుక, చేసే చేతవెనుక, తలచే తలపువెనుక, ఏమిదాగివున్నదో తెలుసుకోలేనిస్థితిలో మానవుడు తరచుగా వుంటూ వుంటాడు. అతని ప్రాణమయచేతన అతని బాహ్యమనస్సుకు తెలియ రాకుండ యథార్థస్థితిని కప్పిపుచ్చడంవలన ఇది జరుగుతూ వుంటుంది. కనుక సాధకుడు బాహ్యమనస్సుకు తోచేవాటితో భ్రమచెందక, దాగిన లోగుట్టులను గుర్తించ నేర్చుకోవడం అవసరం.

సందిగ్ధత కూడదు

ప్రాణమయచేతన దివ్యపరివర్తనం తప్పక జరుగుతుందనే నిశ్చయంతో పూర్ణయోగసాధకుడు వుండవలెనుగాని జరుగవచ్చుననెడి సందిగ్ధతకు మాత్రం తావీయరాదు. ఏలనంటే, అట్టి సందిగ్ధత నిరాశానిస్పృహల లోనికి అతనిని తీసుకుపోయే ప్రమాదమున్నది.

యంత్రప్రాయములైన వాసనా ప్రవృత్తులు

పూర్వాభ్యాసవశంచేత యంత్రప్రాయంగా పునఃపునః ప్రవర్తమానము లయ్యే అవ్న, ప్రాణమయ ప్రకృతి గతవాసనా ప్రవృత్తులంజూచి నిరాశ, నిస్పృహచెందబోకు. వాటికి వెనుకగా నిలచి వాటిని తిలకిస్తూ ఎంత బలవత్తరములైనా జడప్రాయములనెడి నిశ్చయంతో వాటి నిర్మూలనకు పరచైతన్యశక్తి నాహ్వానించు.

అంతిమవిజయం నిశ్చయం

అన్నమయ, ప్రాణమయ ప్రకృతిగతములైన వాసనా ప్రవృత్తులు పూర్వాభ్యాసవశంచేత బలవత్తరములై పునఃపునఃప్రవర్తమానములవుతూ వుండడాన్నిబట్టి వాటిని నిరోధించడం ఇక అసాధ్యమనే భావం సైతం సాధకునిలో కలుగవచ్చు. ఇట్టి భావోత్పాదనకూడా ప్రకృతిచేసే గారడీయేకాన, సాధకుడు దీనికి సందీయక అంతిమవిజయం నిశ్చయమనే ధీరత్వాన్ని వీడకుంటే విజయం తథ్యం.

ప్రాణమయకోశపు వాసనావృత్తి ప్రకోపం

యోగసాధన చేసేటప్పుడు ప్రాణమయకోశమందలి వాసనావృత్తులు ప్రకోపించడమనేది సర్వత్రా అనుభవంలో ఉన్నదే. సాధకుడు దిగజారినాడని దానినిబట్టి అర్థం చేసుకోరాదు. వాటితో కలియబడి పోరాడే స్థితికి అతడు వచ్చినాడన్నమాట. అంతకుపూర్వం వాటినతడు గుర్తించి: 'ఓహో' అన్నట్లు తల పంకించి సర్దుకొనిపోతూవుండడమే జరుగుతు వుంటుంది.

నీకు సంబంధంలేని వృత్తుల ప్రకోపం

యోగసాధన విశుద్ధంగా కొనసాగుతూవుండే సందర్భంలో, ఒక్కొక్కప్పుడు అంతకుపూర్వం నీలో ఎప్పుడూ లేనట్లు నీవు భావించిన అవాంఛనీయ వృత్తులప్రకోపం కూడా నీయందు ప్రస్ఫుటం కావచ్చు-

అవి వ్యక్తిగతంగా నీకు సంబంధించినవి కాకపోవచ్చునుగూడ. అట్టి సందర్భంలో ఆ అనుభవందోషజుష్టమైనదని నీవు భావించవలసిన పనిలేదు.

పడవలసిన జాగ్రత్త

సాధనమండి సాధకుని విచలింపజేసి దానిని వదలుకొనేటట్లు చేసే నిమిత్తమే ప్రాణమయకోశపు అవాంఛనీయ వృత్తి ప్రకోపం సంభవిస్తూవుంటుంది. ఆ పని తమకు సాధ్యం కాదని తేలినప్పుడు, వాటి ప్రకోపం ఇక తప్పనిసరిగా శమించి పూరుకొంటుంది. కనుక ఇట్టి సందర్భాలలో సాధకుడు సాధనకు తాను అయోగ్యుడననుకొని నిరాశా, నిస్పృహలకు లోనుకాకుండ జాగ్రత్త పడడమే కావలసినది.

ఉన్నతస్థాయిని చిక్కబట్టుకో

ఉన్నతస్థానంలో ఏకాగ్రత పొందిన నీ చేతన క్రిందికి దిగజారడం సంభవించి నీ పరిసరములనుండి ప్రాణమయప్రకృతికి సంబంధించిన తరంగ మొకటి నీలోనికి చొరబారి నీ ప్రాణమయకోశములో వెనుకటి అశాంతి పూర్వక స్పందనలను రేకెత్తించడం జరిగినప్పుడు వాటినుండి విడివడి నీ పూర్వపుస్థాయిని మరల చిక్కబట్టుకోవడమే నీవు చేయవలసినపని.

అవచేతనావృత్తుల ప్రతిరోధం

నీ పరిసరముల నుండియేకాక నీలోపల దాగివుండే అవచేతననుండికూడ అవాంఛనీయప్రాణమయ ప్రవృత్తులు పూర్వాభ్యాసవశంచేత పొటమరిస్తూ

నీ స్థాయిని చెడగొట్టడానికి ప్రయత్నించవచ్చు. అట్టి సందర్భాలలో, వాటిని ఆమోదించక నిరాకరిస్తూ నీలో ఎచటనో ఒకచోట నీ స్థాయిని నీవు నిలబెట్టుకోవడమే ముఖ్యంగా కావలసినది.

అవాంఛనీయ ప్రవృత్తుల నిర్మూలన

నిరంతర జాగరూకతతో అనుక్షణమూ ఎరుకగలిగివుండి అవాంఛనీయ ప్రవృత్తులను ఎంతమాత్రమూ అభిలాషను చూపక పరమేశ్వరుని శరణు వేడుకొంటూ పైనుండి వెలుగు నాకాంక్షింపనేర్చినప్పుడే ఈ అవాంఛనీయ ప్రవృత్తులను నీవు వదలించుకోగలుగుతావు. నీ హృత్పురుషచేతనను ముందుకుతెచ్చి ఉంచుకోగలిగితే ఈ పని మరింత సుకరమవుతుంది.

హృదయస్థానమున ఏకాగ్రత సాధన

లోననుండే హృత్పురుషుని, చైత్యపురుషుని ముందుకు తీసుకొని రావలెనంటే, మొదట ఆచైత్యపురుషుని గుర్తించుకోవడం జరగాలి. నీచేతనను హృదయస్థానంలో ఏకాగ్రంచేసుకొనే సాధనవలన క్రమంగా అది సాధ్యమౌతుంది. అందుకు నిన్ను నీవు ప్రధానంగా హృదయ స్థానంలో వున్నట్లు భావించుకొని ఆభావంలో నిలుకడ సంపాదించవలసి వుంటుంది.

హృదయమందేకాగ్రతకు ఉపాయం

హృదయస్థానంలో చేతనను ఏకాగ్రంచేసుకోడానికి అధికశ్రమ, తీవ్ర ప్రయత్నము ఏమీ అవసరములేదు. నీ కేంద్రస్థానం హృదయమనే

భావంమీద, నీ వుండేది ముఖ్యంగా హృదయములో ననేది తలంపుమీద నెమ్మదిగా, నిలకడగా అలావుండిపోవడమే కావలసినది. అలా కొంత కాలం సాధనచెయ్యగా నీ చేతన అచట కేంద్రీకృతంకావడం నీవు గమనిస్తావు. పిమ్మట అచటనుండియే ఆలోచింపగలవు, గ్రహించగలవు, సంకల్పించగలవు.

చేతనకు నెలవు

చేతనకు నెలవు మెదడు; లేక శిరస్సేనని చాలామంది అనుకొంటూ వుంటారు. బుద్ధి గత ఆలోచనకూ, మానసికదృష్టికీ అది కేంద్రమై నందువలన ఇట్లనుకోవడం జరుగుతూవుంటుంది. కాని, చేతన అనేది అటువంటి ప్రవృత్తికేపరిమితమైలేదు. అది శరీరం అంతటా వ్యాపించి వున్నది. దాని కేంద్రములు కూడా అనేకం. ఉదాహరణకు, భావా వేశమునకు కేంద్రం హృదయంకాని, మెదడుకాదు. ప్రాణమయకోశ సంబంధమైన కోరికలు పుట్టేచోటు ఇంకా దిగువభాగమున.

ఏకాగ్రతాసాధనకు ప్రధానస్థానాలు

చేతనను నీవు ఎక్కడనైనా, ఏ స్థానంలోనైనా ఏకాగ్రం చెయ్యవచ్చును. కాని యోగసాధనకు ప్రధానస్థానములు రెండే. ఒకటి శిరస్సు. రెండవది హృదయం. శిరస్సు బుద్ధిస్థానం కాగా, హృదయం ఆత్మస్థానం.

దోషప్రవృత్తులనుండి విముక్తిమార్గం

ప్రాణమయకోశపు అధోవిభాగం పెక్కుమంది మానవులలో అహిత శక్తులకు ప్రతిస్పందించే అనేక దోష ప్రవృత్తులతో కూడి వుంటుంది.

హృత్పురుషోన్మీలనం కావించుకొని వీటిని ఎడతెగక నిరాకరిస్తూ, వీటి నుండి విడివడి జగన్మాత నాశ్రయిస్తూ ఆమె అనుగ్రహించే శాంతిని, తేజస్సును, విశుద్ధతను పొందడమే వీటినుండి విముక్తి పొందడానికి మార్గం.

ముఖ్యనియమం

నిరాశాపూర్వకమైన విషాదం నిన్ను క్రుంగదీయకుండా జాగ్రత్త పడడం యోగసాధనలో ఒక ముఖ్య నియమం. విషాదం నుండి విడివడి దానికి కారణమేమిటో కనుగొని దానిని తొలగించు. కారణ మెప్పుడూ నీలోనే వుంటుంది. ఏ క్షుద్రమైన కోరికో ఒక్కొక్కప్పుడు దానిని తీర్చడంవల్ల గాని వేరొకొక్కప్పుడు దానిని తీర్చకపోవడం వలనగాని కలిగిన నిస్పృహ మూలంగా ఈ విషాదం సంభవించవచ్చు.

కోరికతీర్చడంవల్ల కలిగే వైక్లబ్యం

యోగసాధనలో, ఒక కోరికను తీర్చకపోవడం వలన కలిగిన నిస్పృహ ఫలితంగాకంటే, తీర్చినందువల్ల తరచుగా అంతకంటె తీవ్రమైన వైక్లబ్య మేర్పడడం సంభవిస్తూ ఉంటుంది. వీటి తాకిడికి లోనవుతూ వుండే బాహ్య మనః ప్రాణకోశముల నుండి విడివడి అంతరాంతరమున నివసింప నేర్చుకోడమే ఇట్టి సందర్భాలలో ముఖ్యముగా చేయవలసినది.

హృత్పురుషుడు ఈశ్వరునకు నిత్యసన్నిహితుడు

బాహ్యపురుషుని వేధించెడి నిరాశానిస్పృహలు, విషాదము అంతరాంతమున గల హృత్పురుషుని వేధింపజాలవు. ఈశ్వరునకు నిత్యసన్నిహి

తుద్దై వుండడం హృత్పురుష లక్షణం. అందుచేత ఇట్టి బాహ్య ప్రవృత్తుల నన్నింటినీ అతడు తన నిజ తత్వమునకు వెలియైన బాహ్య విషయములుగానే చూడగలుగుతూ ఉంటాడు.

విషాదయోగం నిన్ను దుర్బలుని చేస్తుంది

ఆత్మవిశుద్ధికోసం, అంతఃపరివర్తనకోసం కొనసాగించే పనిలో లోటు పాటులు, అపజయాలు ఎప్పుడూ వస్తూనేవుంటాయి. కాని, వాటి మూలమున తలక్రిందైపోయి పరితాపనిమగ్నుడవుకావడం హానికరం. క్రుంగదీసే విషాదపరిస్థితికది దారితీసి, మనస్సుకు తెరగప్పి నిన్ను దుర్బలునిచేస్తుంది. కనుక, వాటిని ప్రశాంతంగా తిలకిస్తూ ఆంతరంగికంగా సరిదిద్దుకొన యత్నించడమే కర్తవ్యం.

ఒకతప్పు మరొకతప్పును సరిదిద్దజాలదు

ఏదైనా ఒక అసత్ప్రవృత్తి నీలో పొడచూపినప్పుడు, విషాదయోగం పట్టి కూర్చోడం దాని నెదుర్కోడానికి మార్గం కానేరదు. విషాద నిమగ్నత కూడా ఒక అసత్ప్రవృత్తియే. ఒక తప్పు మరొక తప్పుచేత ఎలా సరిదిద్దబడుతుంది? కనుక, ప్రశాంతముగా ఆ అసత్ప్రవృత్తిని తిలకిస్తూ సమ్యగ్దృష్టి అచట నెలకొనేటట్లు చేసుకోడానికి నీవు ప్రయత్నించడం అవసరం.

పశ్చాత్తాపం

పశ్చాత్తాపం ప్రాణమయ మనస్సు సహజ ప్రవృత్తి. తానొక తప్పుచేసి నట్లు తెలుసుకొన్నప్పుడది సహజంగా పశ్చాత్తాపం చెందుతుంది. విర్లక్ష్య

భావంకంటే పశ్చాత్తాపం మంచిదే. కాని, అది నీ ప్రాణమయకోశంలో అలజడి రేకెత్తించి నిరుత్సాహానికీ, విషాద నిమగ్నతకూ దారితీయరాదు. తప్పును ప్రశాంతముగా గుర్తించి అది పునరావృత్తం కాకుండాలని విశుద్ధాకాంక్షతో సంకల్పించుకోడమే ఆ తరుణంలో సాధకుడు చేయవలసిన పని.

లోపాలను సరిదిద్దుకొనే ప్రయత్నం

అంతరంగికమైన స్థాయిని నెలకొల్పుకొనడంద్వారా సాధకుడు తన సాధనలో కొంత ఉన్నత దశను చేరుకోగలిగినప్పుడు, తనలో పొడసూపే ఏలోపములనైనా అతడు ఒక యంత్రమునందు సరిదిద్దుకోవలసిన లోపములను తిలకించినట్లుగా తిలకించడం సహజంగా అలవరచుకొంటాడు. ఊర్ధ్వమునుండి దివ్యతేజశ్శక్తుల నాహ్వానించడంద్వారా వాటిని సరిదిద్దుకోడమే అతడు కావించే ప్రయత్నం.

స్వప్నావస్థయందలి గతకాల ప్రవృత్తులు

గతకాలమునాటి భావములూ, ప్రవృత్తులూ సాధకునియందు రాత్రివేళ స్వప్నావస్థలో తరచుగా పొడచూపుతూవుండడం జరుగుతూవుంటుంది. ఈ ప్రవృత్తులను జనింపజేసిన చేతనను జాగ్రదవస్థలో మార్పు చెందించి నిర్మలంచేయగలిగిన పిమ్మటగాని స్వప్నావస్థలో సైతమూ వీటిని తల యెత్తనివ్వకుండా చెయ్యడం సాధ్యంకాదు.

అసమర్థతాభావం పరిహర్తవ్యం

సాధనలో ఒకప్పుడు తానుయించుక పేపైనా ఉన్మీలనం పొందివుండిన మాట మరచి, నేనసమర్థుడను. నాయత్నములు సఫలంకానేరవు, అనే ధోరణిలో బాహ్యచేతన ప్రేరేపించే ప్రవృత్తులకు సాధకుడు వశుడైపోవడం కూడదు. వెనుకటి ఉన్మీలనమును మరల పొందడానికి అతడు పట్టుదలతో కృషిచేస్తూ, అసాధ్యభావననుండి సాధ్యభావనమీదికి తన దృష్టిని మరల్చుకోవడం అవసరం.

హృత్పురుషోన్మీలన ప్రయోజనం

నీలో హృత్పురుషోన్మీలనం కలిగిననాడు, అడుగడుగునా యధార్థదర్శనం నీకు కలిగిస్తూ ఎట్టి భ్రమలకూ లోనుగానివ్వని దృష్టి సహజంగా నీలో నుండియే పుట్టుకొని వస్తుంది. ఎడతెగని ఆకాంక్షతో శాంతిని నీలో ప్రదర్శిస్తూ దివ్యశక్తి విలసమునకు నీయందు తావు కల్పించడమే ఇందు నిమిత్తమై నీవు చేయవలసినది.

సంశయాదుల జయం కష్టసాధ్యమే

సంశయం, విషాదం, కామం, క్రోధం, మాత్సర్యం మొదలైనవి జయించడం చాల కష్టసాధ్యమయినవనే. సంశయాన్ని పట్టుకొని ప్రేలాడడం అన్నమయ-మనస్సు స్వభావం. విషాదాన్ని జీవితనాటకంలో అంతర్భాగంగా ఆస్వాదించే లక్షణం ప్రాణమయకోశంలో కానవస్తూవుంటుంది. కామక్రోధాలుకూడా ప్రాణమయకోశంలో తిష్ఠవేసుకొని బయటికి వెడలనడిపినా మరల అలవాటుచొప్పున లోపలికి చొరబడుతూవుంటాయి.

దుఃఖమునెడ మానవుని వైముఖ్య స్వరూపం

మానవుని బాహ్యచేతనకు దుఃఖము నెడవిముఖత్వం ఉందేమాట నిజమే. కాని, కొంచెం లోతుగా పరిశీలించి చూచేయెడల, అతనిప్రాణమయకోశ మందేదో అతడు దాన్ని జీవితనాటకంలో అంతర్భాగంగా ఆస్వాదింప గోరుతూ ఉండడంకూడా జరుగుతూవుంటుంది. అట్టి సందర్భంలో, ఆరహస్యం గుర్తించి దుఃఖమునెడగూడ ఆంతరంగిక వైముఖ్యం సైతం పొందగలిగితేతప్ప దానినుండి బయటపడడం సాధ్యంకానేరదు.

విషాదభావధోరణుల గ్రామఫోను రికార్డులు

దుఃఖముపట్ల శరీరానికీ, మనస్సుకూ విముఖతవున్నా, జీవితనాటకంలో అంతర్భాగంగా దానియెడ ప్రాణమయకోశంలోని ఒకానొక ప్రవృత్తి యెడ ఆసక్తి చూపుతున్నందువలననే విషాదయోగంలో సాధకు చుగా పడిపోతూ వుంటారు. ఎంత వద్దనుకుంటునప్పటికీ విషాదమైన భావధోరణులు మాటిమాటికీ గ్రామఫోను రికార్డులమాదిరిగా పునరావృత్తములు కావడం జరుగుతూ వుంటుంది.

విషాదప్రవృత్తినుండి విముక్తికి ఉపాయం

అతిపేలవములైన అలతికారణములను పురస్కరించుకొనికూడా సాధకు యందు విషాదభావధోరణుల గ్రామఫోను రికార్డు అనివార్యంగా పునరావృత్తమవుతూ వుండడం కద్దు. దృఢమైన సంకల్పబలంతో వాటినుండి విడివడి వాటిని త్రోసిపుచ్చడం నేర్చుకుంటేతప్ప మానవప్రకృతియందలి ఈ అత్యంతప్రమాదకర లక్షణంనుండి సాధకుడు విముక్తిని సాధింప నేరడు.

తామసికశక్తుల అవరోధం

భక్తిప్రపత్తులయందు కొంత అభివృద్ధిని సాధించినమీదట కూడ సాధకుడు విషాదయోగంలో పడిపోతూవుండడం కద్దు. ఆ అభివృద్ధిని పైపలేని తామసిక శక్తుల అవరోధమే దానికి కారణం. నీవు సాధించిన అభివృద్ధి ఇసుమంతైనా లేదని సాధకుని భ్రమింపజేయడమే వాటికి కావలసినది.

జగత్తును నడిపేది అవిద్యానియమాలు

ఈ జగత్తును నడిపే నియమాలు అవిద్యానియమాలు. అవిద్య ఉన్నంత వరకూ పరమేశ్వరుడు ఈ జగన్నిర్వహణలో అవిద్యా నియమాలనే పాటిస్తూవుంటాడు. అది పాటించకపోయినట్లయితే "ఉత్సీదేయురిమే లోకాః" అని గీతలో చెప్పినట్లు జగత్తు విచ్ఛిన్నమైపోతుంది.

దివ్యజ్యోతిలోనికి ఉద్ధరణ

అవిద్యావశమైన జగత్తు అవిద్యానియమాల ప్రకారం నడుస్తూవుండగా, అవిద్యనుండి బయటపడేటందుకుకూడా కొన్ని నియమములున్నవి. వానిలో ఒకటి సాధకుని మనస్సు పరమసత్యముతోను, అతని యిచ్ఛపరాశక్తి తోను సహకరించడం. అపుడా పరాశక్తియే అతనిని అవిద్యనుండి దివ్య జ్యోతిలోనికి ఉద్ధరిస్తుంది.

పరాశక్తితో సహకారం

అచంచల విశ్వాసము, అంతశ్శుద్ధి, ఆత్మసమర్పణము, ఇవే పరమసత్యము తోనూ, పరాశక్తితోనూ సహకరించడానికి తోడ్పడే లక్షణాలు. తనకు

తెలియనివాటినిగురించి, తనకు అతీతమయిన వాటినిగురించి నిర్ణయాలు చెయ్యడం మనస్సు విరమింపనేర్చుకుంటే, దివ్యజ్యోతి ప్రసారమును గ్రహించి దానివెలుగుతో తనకు తెలియనివాటిని తెలుసుకోవడం దానికి సుకరమవుతుంది.

సుఖదుఃఖానుభవంతో మానవుని పెరుగుదల

బాధ, దుఃఖము అనేవి మనం నివసించే యీ అవిద్యా ప్రపంచములో తప్పవు. నానావిధములైన సుఖదుఃఖముల అనుభవంద్వారా మానవుడు పెరుగుతూవుంటాడు. వాటిని సరియైన పద్ధతిలో అనుభవించడం నేర్చుకుంటే వాటివలన అతనికి బలమే చేకూరుతుంది.

సంతోషపూర్వమైన కష్టానుభవం

ఒక మహాప్రయత్నం, ఒక సాహసకృత్యం తలపెట్టినప్పుడు, ఆ సందర్భంలో అనివార్యమయ్యే కష్టాన్నీ, బాధనూ అనేకులు ఎంతో సంతోషంతో అనుభవిస్తారు. దానికి కారణం ముఖ్యంగా ఆప్రయత్నమందలి ఔత్సుక్యమేకాని కేవలం కష్టానుభవమందలి ఆసక్తికాదు. కష్టానుభూతిలో ఇట్టి అనురక్తి సవ్యమయిన ప్రవృత్తి కానేరదు.

సంశయప్రవృత్తి మంచిచెడ్డలు

సత్యాన్వేషణపరమగు సంశయప్రవృత్తి ప్రయోజనకారియే. ఔనన్నది కాదనే ధోరణిలో, సంశయప్రవృత్తి మాత్రం నిష్ప్రయోజనం. పైపెచ్చు ఆధ్యాత్మికసత్యముల విషయంలో ఈ సంశయప్రవృత్తి వలన మనంతప్పు

దారిని పట్టడమో, లేక అనిశ్చయస్థితిలో స్థిరంగా వుండిపోవడమో సంభవిస్తుంది.

సంశయప్రవృత్తిగలచోట దివ్యజ్యోతి నిలువదు

నాలో ఉదయించే దివ్యజ్యోతిని నేను నిత్యమూ శంకిస్తూ అది కలిగింపజూచే సత్యస్ఫూర్తిని త్రోసిపుచ్చడమే పనిగా పెట్టుకొన్నట్లయితే, ఆ జ్యోతి నాలో నిలిచి కుదురుకొనడం జరుగనేరదు. తనయందు శ్రద్ధాసక్తులు లేనిచోట, తన ఉనికి కనుకూలమైన పునాదిమనస్సులో ఏర్పడనిచోట, తా నుండి ప్రయోజనంలేదని తుదకు తిరోహితమౌతుంది.

దివ్యజ్యోతిలోనికి చొచ్చుకొనిపోవాలి

దివ్యజ్యోతిలోనికి సాధకుడు ముందుకు చొచ్చుకొనిపోవాలి. తమస్సులోనే తారట్లాడుతూ అదే నిజమైన వెలుగని భ్రమించరాదు. దుఃఖమునందుగాని, సంశయమునందుగాని ఏసాఫల్యం గోచరించినా అది అవిద్యకు సంబంధించినదే. నిజమైన సాఫల్యం దివ్యానందంతో, దివ్యసత్యానుభూతిలోనున్నది.

పూర్ణయోగసాధకుడు నిత్యసంతోషికావాలి

సాత్త్వికమైన సంతోషప్రవృత్తి, ప్రశాంతచిత్తత, ఆత్మవిశ్వాసం పూర్ణయోగసాధకునకు ఆవశ్యకములు. విషాదనిమగ్నుడై శోకిస్తూ కూర్చోడం కూడదు. కన్నీరు ఆత్మోత్సర్గన పూర్వకము, భక్తిభావాతిరేక సంజనితమునైతే మంచిదే.

నిత్యమూ పోరాటాలతో సతమతమయ్యేధోరణి

ఆధ్యాత్మిక పురోగతికి పోరాటములూ, పెనుగులాటలూ అనివార్యములని భావించరాదు. అనేకులీ పోరాటములే ముఖ్యముగ భావించే ధోరణికి అలవాటుపడిపోయి, అవితప్ప ఇక చేయదగినదేమీ లేదన్నట్లు వాటితోనే ఎల్లకాలమూ సతమతమవుతూ వుంటారు. ఇది ఎంత మాత్రమూ వాంఛనీయము కాదు.

తేజోమయమార్గంలో ఆకాంక్ష

సంసిద్ధికొరకై ఆకాంక్ష తమోమయమార్గమునగాక తేజోమయ మార్గమున కొనసాగవలసివున్నది. అట్లు కొనసాగినప్పుడు, సాధకుడు భయ, శోకములకు వశుడు కానేరడు. వెలుగునిండిన ఆకాంక్షతో, ఆత్మ విశ్వాసంతో, సంతోషస్వాంతముతో ముందుకు సాగిపోతూ, ఎట్టి కష్టముల నైనా చిరునవ్వుతో ఎదుర్కొన గలుగుతాడు.

హృత్పురుషోన్మీలనస్థితి

అలయికలేని అంతర్విశ్రాంతి, బలవంతపు గుంజులాటలేని ప్రశాంతోన్మీల నము, పరాశక్తి మనలో పనిచేయగలుగుటకై సమగ్రమైన ఆత్మ సమర్పణము, అట్లది మనలో పనిచేయడం గుర్తిస్తూ ఎట్టి అవరోధములూ కల్పించకుండ నిండువిశ్వాసంతో దానిని అట్లేపని చేయనివ్వడము, ఇవే మనలో హృత్పురుషోన్మీలనస్థితిని తెలియజేసే లక్షణాలు.

తెరచాటున పరాశక్తి కార్యకలాపం

పరాశక్తి నీలో ఏవిధంగా పనిచేస్తూవుండేదీ నీ బాహ్యప్రకృతికి తెలియక పోవచ్చు. ఆమె కార్యకలాపములు తెరచాటున జరిగిపోతూవుంటాయి. వాటి ఫలితములు తెరచాటుననే పేరుకొని కొంచెము కొంచెముగ నెమ్మదిగా బయల్పడుతూ వాటి ఒత్తిడిచే తుదకు ఒక్కసారిగా వెల్లడియై- బాహ్యప్రకృతిచే సైతం గుర్తించబడే స్థితి ఒకప్పటికి వస్తుంది.

సహజోన్మీలనపు సుస్వరూపం

మనోమయ, ప్రాణమయ కోశసంబంధమైన బలవత్ప్రకర్షణమునకూ హృత్పురుషస్థానీయమయిన సహజోన్మీలనమునకూ భేదమున్నది. ఈ సహజోన్మీలనం తాళములో చెవినిపెట్టి త్రిప్పగా అనాయాసముగ తాళం విడివడటం వంటిది. సరిపడని చెవిని ఇటూఅటూ త్రిప్పుతూ బలాత్కారముగ తాళమును గుంజడంవంటిదికాదు.

రామకృష్ణునిసాధన పరిణామం

బలవత్ప్రకర్షణాలు నిష్ఫలము లనరాదు. విశేష శ్రమానంతరం వాటి వలనకూడా కొన్ని ఫలితములను పొందవచ్చు. రామకృష్ణుడు మొదట్లో ఇట్టి బలవత్ప్రకర్షణలతోనే విపరీతంగా హైరానాపడి ఫలితములను సాధించడం జరుగుతూవుండేది. పిమ్మట ప్రశాంతమైన ఆత్మోన్మీలన పద్ధతి నవలంబించి అనాయాసముగ తాను కోరినఫలితం పొందగలుగుతూ వుండేవాడు.

ఆత్మోన్మీలనపద్ధతి అతిసుసాధ్యం

ఆత్మోన్మీలన పద్ధతి ఎవరో అవతారపురుషులకుతప్ప ఇతరులకు మిక్కిలి కష్టసాధ్యమైనదని భావించవలసిన పనిలేదు. మనోమయ, ప్రాణమయ కోశములను ప్రశాంతముగ నుంచుకోగలిగితే ఈ పద్ధతి యంత సుసాధ్యమైనది మరియొకటి లేదు. ఎవరైనా దీనిని అవలంబించవచ్చును. కష్టబహుళమయినది బలవత్ప్రకర్షణ పద్ధతియే.

ఈశ్వరసహాయలబ్ధి

జ్యోతిర్మయమైన ఆత్మోన్మీలన పద్ధతియే సూటిమార్గం. కష్టబహుళమైన చుట్టుదారులవెంట నడువవలెనని కోరబోకు. ఆత్మోన్మీలన మార్గమున బహిరంగంగానో, రహస్యంగానో ఈశ్వర సహాయం నీకు లభిస్తూ వుంటుంది. ఇప్పుడు రహస్యంగానే తోడ్పడినా, ప్రత్యక్షంగా ఆయన నీకు తోడ్పడే తరుణంకూడా ఒకప్పటికి రాకమానదు.

మనోమౌన ప్రశస్తి

మనోమౌనమన్నా, మనస్సును ఖాళీచెయ్యడమన్నా కొందరు బెదురుతూ వుంటారు. కాని, పూర్ణయోగం ఈ మనోమౌనంమీదనే ఆధారపడి వున్నది. మనోమౌనం సిద్ధించిన మీదటనే మహత్తరమైన జ్ఞానేచ్ఛానందానుభూతులు అతిమానస పర్యంతమూగల సమస్తభూమికా సంసిద్ధులు పూర్ణయోగికి కలుగుతూ వున్నవి.

రెండు పద్ధతులు

కవితా రచనకువలెనే ధ్యానసాధనకుగూడా రెండు పద్ధతులున్నవి. ఒకటి బహుళప్రయాసతో తల పగులగొట్టుకొని సాధించునది. రెండవది మరుగునన్న అతీతశక్తికి తనను తాను ప్రశాంతముగా ఉన్మీలన మొనర్చుకొని దాని అంతఃప్రేరణ కొరకు ఎదురుచూచునది. ఈ రెండవ పద్ధతిలో ఆ అంతరికశక్తియే నీలోనికి పొర్లుకొనివచ్చి అంతఃప్రేరణ కలిగించి జ్ఞానానందములతో నిన్ను ముంచెత్తుతుంది.

వెల్లువలరూపంలో కవితారచనా శక్తి

నీలో దాగివున్న అతీతశక్తికినిన్ను నీవు ఉన్మీలనమొనర్చుకొనే పద్ధతిలో కొనసాగే కవితారచనా శక్తి వెల్లువలవలె నీలోనికి పొర్లుకొనివస్తూ వుంటుంది. ఒక వెల్లువ వచ్చిపోయిన అనంతరం తిరిగి రెండవవెల్లువ వచ్చేవరకూ ప్రశాంతముగా వేచివుండటమే నీవు చేయవలసినపని. ఈ పద్ధతిలో కొనసాగే కవితారచన ప్రారంభదశలో నిర్దుష్టంగా వుండక పోయినా, క్రొత్తవెల్లువలు వచ్చినకొలదీ దానిలో అభివృద్ధిని నీవు గుర్తించగలవు.

ఆత్మోన్మీలనంద్వారా ధ్యాన సాధన

ఆయాసబహుళమైన మానసిక పరిశ్రమద్వారాకాక, విశ్రాంతి పూర్వకమైన ఆత్మోన్మీలనంద్వారా ధ్యానసాధన చెయ్యడమే, ఉత్తమం. నీలో నిత్యమూ నిన్ను ఆవరించుకొని వుండే దివ్యశక్తికి ఉన్ముఖముగా అట్టి ఉన్మీలనం నీవు పొందినప్పుడు, యధేచ్ఛగా ఆ దివ్యశక్తి నీలోనికి ప్రవ

హించి శాంత్యానంద తేజః ప్రసారపూర్వకంగా నీలో తన దివ్యకర్మను ప్రవర్తింప జేస్తుంది.

పూర్ణయోగి అంతర్ముఖత్వం

త్రికరణశుద్ధి పూర్వకమైన నిష్ఠకూ, మౌనమునకు అంతర్ముఖధ్యానమునకూ పూర్ణయోగసాధనలో ప్రముఖస్థానమున్నమాట నిజమే. లోనికి చొచ్చి ఈశ్వరసాక్షాత్కారం పొందగోరినవాడు చీటికీమాటికీ వెలికి పరుగు పెట్టడం తగదు. కాని, ఇట్లన్నందువలన సాధకుడు ఎల్లవేళలా ముఖమున గంభీరముద్రదాల్చి మౌనమునే అవలంబించి వుండవలసిన పని లేదు.

వ్యక్తిత్వ ద్వయం

బాహ్య విస్తరణను అభిలషించేదీ ఆంతరజీవనము నాకాంక్షించేదీ, రెండు విధములైన వ్యక్తిత్వములు సాధకునిలో ఏర్పడినప్పుడు, సామాన్యంగా ఒకదాని ప్రాబల్యం రెండవదానికి అసంతృప్తిని కలిగిస్తూ వుంటుంది. పూర్ణయోగ సాధనలో ఏవ్యక్తిత్వాన్నీ త్రోసిపుచ్చడానికి వీలులేదు. కాని, బాహ్యవ్యక్తిత్వం ఆంతరవ్యక్తిత్వాన్ని స్థిరపడనిచ్చి దానికి ఉపకరణంగా ఆంతరజీవన ధర్మమునకు విధేయంగా మెలగనేర్చుకొనడం అవసరం.

త్వరితంగా కొనసాగే సాధన

ఆత్మోన్మీలనపూర్వకమైన ధ్యానమునందు ఆకాంక్ష, ప్రార్థన, ఏకాగ్రత, తీవ్రత, మిళితములై వుంటాయి. ఈపద్ధతి నవలంబించినవారి సాధన త్వరిత

గతిని కొనసాగుతుంది. బుద్ధీ, హృదయమూ ప్రశాంతస్థితిలో నుండగా, విశ్వాసజ్యోతిలో నిండారిన యీ ఉన్మీలనం దివ్యశక్తినినీలోనికి ప్రవహింప జేస్తుంది. నిస్పృహాయతతోకూడిన నిరీక్షణ క్లేశం నీకుండబోదు.

ప్రాణమయ ప్రకృతి బహిర్విభాగ లక్షణాలు

ప్రాణమయ ప్రకృతి బహిర్విభాగంలో రెండు విధములైన లక్షణాలు మనకు కనబడుతూ వుంటాయి. ఒకటి, వినోదములందూ, భోగములందూ ఆసక్తమయ్యే లక్షణం. రెండవది, విషాదమునందూ దుఃఖమునందూ అనురక్తమయ్యే లక్షణం. ఈ రెండురకాల అనుభవాలూ జీవితపు వెలుగు నీడలుగా ఆసక్తితో భావించబడుతూ వుండడంచేత ఈ లక్షణాలిట్లు వ్యక్తంకావడం జరుగుతూ వుంటుంది.

శాంత్యానందముల అంతర్విలసన

ప్రాణమయ ప్రకృతి బహిర్విభాగపు విపరీత లక్షణాలు అంతర్విభాగమునకు ఉండవు. అదియే యథార్థమైన ప్రాణమయ ప్రకృతి. విస్తృతమైన శాంతినిగాని, ఆనందమునుగాని (ఆ రెండింటి మేలుకలయికయైనచో మరీ మంచిది) సాధకుడు తన ఆత్మయందునూ, బుద్ధియందునూ, ఈ యథార్థ ప్రాణమయ ప్రకృతియందునూ విలసిల్లనట్లుచేయ నేర్చుకోవడం అవసరం. ఈ పనికి అతడు కేవలం దేవాంశసంభూతుడే కానక్కరలేదు.

ఉన్నతచేతనలోనికి అధిరోహణావశ్యకత

సామాన్య మానవచేతనయందే నివసిస్తూ అందలి అసత్ప్రవృత్తులను త్రోసి

పుచ్చుటకు చేసే ప్రయత్నం పూర్ణసత్ఫలితాలను ఇవ్వజాలదు. సామాన్య మానవచేతనకంటే ఉన్నత చేతనలోనికి అధిరోహించడం ద్వారానే అవర చేతనయందలి అసత్ప్రవృత్తులను తొలగద్రోపి దానిని రూపాంతరం చెందించడం సాధ్యమవుతుంది.

బాహ్యాపరివర్తనమును నిర్లక్ష్యం చెయ్యరాదు

హృత్పురుష చేతనయందో, ఊర్ధ్వచేతనయందో నివసిస్తూ అచటి అనుభూతులతోనూ, శాంత్యానందములతోనూ తృప్తిచెంది బాహ్యప్రకృతినీ తత్ప్రవృత్తులనూ రూపాంతరం చెందించే యత్నం చెయ్యకపోవడం శ్రేయస్కరంకాదు. ఈ బాహ్యప్రవృత్తులను లెక్కచెయ్యవలసినపని లేదనియో, లేక హృత్పురుష, ఊర్ధ్వచేతనల బలంతో ఇవి నడుస్తూ వున్నవనియో తలపోయడం ఇట్టి సందర్భాలలో తరచుగా జరుగుతూ వుంటుంది.

ఉన్నతచేతనానుభూతిలో భాగస్వామ్యం

మన సత్తయందలి సకల విభాగములూ ఉన్నత చేతనానుభూతిలో భాగస్వాములు కావలసినదే. లేనియెడల, పెక్కు నెపములతో వాటి అసత్ప్రవృత్తులు ఎప్పటివలె కొనసాగి పోతూనే వుంటాయి. మనము త్రోసిపుచ్చవలసినది ప్రాణమయకోశపు అసత్ప్రవృత్తులనుగాని ప్రాణమయకోశమునుగాదు. మనోమయకోశమునువలెనే ప్రాణమయకోశమును కూడా మనం రూపాంతరం చెందించుకోవలసివున్నది.

అహంకార వినాశం

అహంకారమును నాశమొందింపవలసినదే. కాని, దాని స్థానంలో మన యందు ప్రతిష్ఠితం కావలసిన దేమిటి? అంతకంటే పెద్దదైన మరొకరకం అహంకారమా? కాదు. వ్యక్తిత్వ సహితుడైనా ఈశ్వరునితోడను, సర్వ భూతములతోడను ఏకత్వమును భజించే నిక్కమైన పురుషుడు అహం కారమునకు బదులుగా మనయందు ప్రతిష్ఠితుడు కావలసివున్నది.

అహంకారవినాశం అత్యంత కష్టసాధ్యం

అహంకార వినాశం అత్యంత కష్టసాధ్యం - కర్మయోగసాధకులకేకాదు, భక్తులకూ జ్ఞానులకూగూడా అది కష్టసాధ్యమే. తమవ్యష్టిచేతన విశ్వచేతన యందూ, విశ్వాతీత చేతనయందూ నిమగ్నమైనట్లు అనుభవం పొందిన వారికి సైతం తిరిగి వ్యవహారంలోకి వచ్చేసరికి అహంకారం ప్రత్యక్ష మవుతూ వుంటుంది. కనుకనే సన్యాసమార్గనిష్ఠులు కర్మనే వదలివేయా లంటారు.

నిరహంకార పూర్వక కర్మాచరణ

వ్యవహారదశలో అహంకారం మరల ప్రత్యక్షమవుతూ వుండడాన్నిబట్టి సన్యాసమార్గనిష్ఠులు అహంకారంలేకుండ కర్మ చెయ్యడానికి వీలులేదనే కారణంతో కర్మకు వెరచి కర్మనే వదలివేయాలంటారు. వాస్తవానికి అహంకారం లేకుండాకూడా కర్మ చెయ్యవచ్చు. బాహ్య కరణములను పరచేతన పూర్తిగా స్వాధీన మొనర్చుకోగలిగినప్పుడట్టి నిరహంకార పూర్వక కర్మాచరణం సుసాధ్యం.

అహంకారవ్యాప్తి

గర్వం అహంకారానికి ఒకానొక రూపంమాత్రమే. దానికింకనూ లక్ష రూపాలున్నాయి. మంచివిగానీ, చెడ్డవిగానీ మానవుని ప్రతిపనీ అహంకారంతో కూడినదే. అతని గర్వంలోవలెనే వినయంలోనూ పాపవృత్తులలోవలెనే పుణ్యవృత్తులలోనూ, అహంకారమున్నది. తనకొరకుగాక తనలోని ఈశ్వరునికొరకు మనోవాక్కాయ కర్మప్రవృత్తిగలవాడే జీవన్ముక్తుడు.

అహంకారనిర్మూలన

మానవప్రకృతి అంతా అహంకార సూత్రంతో గుచ్చబడివున్నది. అహంకారంనుండి ఎంత విడివడా లనుకొన్నా మన తలపువెనుకా చేతన వెనుకా నీడవలె అది వుండనే వుంటుంది. ఈ సంగతి గుర్తించడమే దీని నిర్మూలనకు గైకొనవలసిన తొలిచర్య. అహంకారవృత్తుల అసత్స్వరూపవివేచనము, వాటిని ప్రోత్సహింపక త్రోసిపుచ్చడమూ ఆతరువాత జరుగవలసిన పనులు. కాని అహంకారం పూర్తిగా తొలగిపోయేది సర్వత్రా ఏకత్వ దర్శనానుభూతులు కలిగినప్పుడే.

ఈశ్వరచేతన అహంకారవివర్జితం

ఈశ్వరునియందే నివసిస్తూ ఈశ్వరుని కొరకు మాత్రమే మనోవాక్కాయ కర్మలందు ప్రవృత్తుడు కానేర్చినప్పుడుగాని, మానవుడు అహంకార వివర్జితుడు కానేరడు. అథవా, ఈశ్వరచేతనలోనికి అతడు ప్రవేశించడమో అతనిలోనికి ఈశ్వరచేతన ప్రవేశించడమో జరగవలసివున్నది. ఈశ్వర చేతన అహంకార వివర్జితం.

అహంకారికీ, నిరహంకారికీగల దృష్టిభేదం

విషయజాతంయెడ అహంకారిదృష్టికీ నిరహంకారిదృష్టికీ భేదముంటుంది. ఇదివన్ను సుఖపెట్టుతుందా, దుఃఖపెట్టుతుందా, నాకోర్కెలనుతీరుస్తుందా, భగ్నపరుస్తుందా, అని యీమాదిరిగ తనతోలంకెపెట్టుకొని విషయదర్శనం చేస్తాడు అహంకారి. నిరహంకారి అట్లుగాక తనతో నిమిత్తంలేకుండ విషయముల నిజస్వరూపమేమిటనీ, సృష్టివిధానంలో వాటిస్థాన మెట్టిదనీ, యీరీతిగా విషయ పరిశీలనచేస్తాడు

నిరహంకారపూర్వక దృక్పథాలు

నిరహంకారపూర్వక దృక్పథములనేకమున్నవి. సమతావృత్తితో సమస్తమునూ ఈశ్వరునకు నివేదించడం అట్టివానిలో నొకటి. సాధకుడు కర్మమార్గ నిష్ఠుడైతే ఆయావిషయములు జగద్వ్యాప్తమునకుగాని, తాను సాధనభూతుడై నెరవేర్చవలసిన కార్యమునకుగాని ఎట్లు ఉపకరించగలవనే దృష్టితో వ్యవహరించడం జరుగుతుంది.

ఈశ్వరనిష్ఠమైనప్పుడే సాధనకు పూర్ణసిద్ధి

తనసాధన, తనప్రయత్నము, తనపరిణతి, తనసంసిద్ధి, అనేధోరణిలో అహంకార నిష్ఠంగానే తరచుగా ప్రతివాని సాధనా తొలిదశలో సాగుతూ వుంటుంది. కాని, పూర్ణసంసిద్ధి అనేది ఈ అహంకార నిష్ఠమైన దృక్పథం ఈశ్వరనిష్ఠంగా మారినప్పుడే. ఆస్థితిలో సాధన, ప్రయత్నము, పరిణతి సంసిద్ధి - అన్నీ ఈశ్వరచేతనవేకాని తనవికావు.

కామాహంకారముల గుర్తింపు

బాహ్యమనస్సు వేసిన అంచనా నాధారంచేసుకొని తనలోదాగివున్న కామమునూ, అహంకారమునూ గుర్తించలేనిస్థితిలో మానవుడు తరచూ వుంటూ వుంటాడు. బాహ్యమనస్సునుండి వేరుపడి వెనుకనున్న హృత్పురుషునితో సంస్పర్శను పెంపొందించుకుంటే తప్ప యీ అజ్ఞానం తొలగదు. హృత్పురుషుడు బాహ్యమనస్సునుండి భ్రమను తలయెత్తనివ్వక వివిధ ప్రవృత్తుల నిజస్వరూపాన్ని విస్పష్టంగా సాధకునకు చూపగలుగుతాడు.

ఈశ్వరార్థ జీవనం స్వార్థంకానేరదు

నీచేతనను ఈశ్వరునియం దేకాగ్రంచెయ్యడం స్వార్థమనిపించుకోదు. నీకొరకు నీవు జీవిస్తే అది స్వార్థమవుతుంది. కాని నీకంటే పరవస్తువు కొరకు జీవిస్తే అదిస్వార్థమెట్లవుతుంది ? సర్వదా ఈశ్వరునియం దేకాగ్ర చేతనుడవు కావడం నీవ్యష్ట్యాత్మ నతిక్రమించడమే. సర్వదా ఇతరుల కొరకు జీవించడమే స్వార్థం కానప్పుడు, ఈశ్వరునికొరకు జీవించడం స్వార్థ మెట్లవుతుంది?

అహంకారవిలీనత

పృథ్విపై అపరచేతన పరిణామగతికి అవకాశము, స్వార్థము అనేవి అవసరమైనాయి. మనస్సున కతీతమైన పరచేతన అవతరించు నంతవరకూ ఈశ్వర ప్రాప్తిని, ముక్తిని ఆకాంక్షించుటకు సత్యరూపంలోనైనా అహంకారంవుండవలసే వుంటుంది. పరచేతనలోనికి ఆరోహించడమో, లేక

పరచేతనయే క్రిందికి అవరోహించడమో జరిగితేతప్ప అహంకారం వీలీవం కానేరదు.

ప్రకృతిపరిణామంలో అహంకారోదయం

ప్రకృతిపరిణామక్రమంలో బాహ్యచేతనవ్యక్తిత్వాన్ని సంతరించుకోడానికి అహంకారం ఉదయించింది. పశుస్థితిలోని తామసిక మానవునియందు కర్మప్రవృత్తి నుద్దీపింప చెయ్యడానికికూడా అహంకారం అవసరమయింది. లేనిచో అతడు ఆహారనిద్రలతోనే తృప్తిపడివుండేవాడు. స్వార్థ ప్రకోప ప్రోరకములైన అతని సకల ప్రవృత్తులూ అహంకారంవలన ఉత్పన్న మయినవే. కాని, ఇప్పుడతడు అంతకంటే ఉన్నతస్థితి నందుకోవలసి వున్నందువ అహంకారం ప్రతిబంధకమవుతున్నది.

అహంకారవినాశం సాధ్యపడాలంటే

హృత్పురుషోన్మీలనము, పరచైతన్యావతరణము ఇవి రెండూ జరిగితే తప్ప అహంకారవినాశం సాధ్యపడనేరదు. హృత్పురుషోన్మీలనము అహంకారాన్ని వెంటనే నశింప జేయకపోయినా విశుద్ధమైనర్పి ఆత్మ వితరణ, సమర్పణములద్వారా నిరహంకార ప్రవృత్తిని అలవరిస్తుంది. జగన్మాత అంశగా నీ నిజస్వరూపం నీవు తెలుసుకొంటావు. అహంకార గంధ వివర్జితమైన పరచైతన్యావతరణంతో అహంకారం నీలో పూర్తిగా అంతరిస్తుంది.

అంతర్విశుద్ధి సాధనకుపటిష్ఠోపాయం

హృత్పురుషుని చేతన నీలో ఉన్మీలితమై అభివ్యక్తం కాదొడగినప్పుడు నీలో దాగివున్న అసద్వృత్తి లక్షణముల నన్నింటివిక్కీ అది వెంటనే అవలీలగా కనిపెట్టడమేగాక వాటికి బదులుగా నీలో నెలకొనవలసిన సద్వృత్తి లక్షణముల ఉద్దీపనకు అత్యంత సహజముగా దోడ్పడుతుందికూడ. అంతర్విశుద్ధిని సాధించుటకు కఠిన తపశ్చర్యావలంబనముకంటె యీ పద్ధతి నిశ్చయముగా మిక్కిలి సుగమము, పటిష్ఠము.

పరచైతన్యావతరణపు సత్ఫలితాలు

పరచైతన్యావతరణం శాంతినీ, విశుద్ధతనూ నీలోనికి తెస్తుంది. అంతః పురుషుడు బాహ్యచేతనతో తాదాత్మ్యం విడగొట్టుకుంటాడు. శాంతికీ, విశుద్ధతకూ విరుద్ధములైనవాటిని పారద్రోలగలశక్తి పైతం నీ యందలి శాంతికి అలవడుతుంది. ఆ పరిస్థితిలో నెమ్మదిగానో త్వరితంగానో అహంకార మంతరించిపోకతప్పదు. రజస్తమస్సులు దివ్యపరివర్తనం చెందుతాయి.

అహంకారవృత్తుల నిరాకరణం

అహంకారంముపై సాధకుడు నిత్యమూ కనుగలిగివుండి అదిచేసే ప్రతిపాదనలనన్నింటినీ త్రోసిపుచ్చుతూ వుండడం అవసరం. అలాచేసినందున అదిచేసే ప్రతి ప్రయత్నమూ నిష్ఫలమని నిరూపితమై వ్రేళ్లు కదలబారిన స్థితి దానికి యేర్పడుతుంది. అప్పుడు హృత్పురుషచేతన ఏ ఒక్కచిన్న త్రోపుత్రోసినా అవలీలగా అదిపెళ్లగిలి పడిపోవడం తథ్యం.

అహంకారంనుండి విముక్తికి మార్గం

అహంకారమును పట్టుదలతో నిరంతరమూ నిరాకరిస్తూవుంటే తప్ప అహంకారంనుండి విముక్తి సాధ్యంకానేరదు. ఊర్ధ్వగతిలో ఆత్మ స్థానంలోనికి ఆరోహణం నీయందలి ఊర్ధ్వ విభాగములకు విముక్తి కల్పించినా అధోవిభాగములందు అహంకారం పాముకొనియే వుంటుంది. నిరంతర నిరాకరణంతోపాటు హృత్పురుష ప్రాబల్య ద్వారమునగాని అధో విభాగములకు విముక్తి చేకూరనేరదు.

హృత్పురుషవిమోచనము, నిజాత్మ సాక్షాత్కారము

అంతరమున హృత్పురుష విమోచనము, ఊర్ధ్వమున నిజాత్మ సాక్షాత్కారము కలుగనిదే నీఅహంకారం అంతరించనేరదు. రెండూ అవసరమే. నిజాత్మబోధ కలుగనిదే అహంకారమెట్లు నశిస్తుంది? హృత్పురుష విమోచనం భక్తి ప్రేమవలన సాధ్యం.

విశాల చేతనానుభూతి

నీవు నీఅంతరములోనికి చొరగలిగినట్లైతే హృత్పురుష వికాసమును, అహంకార విమోచనమును, విశాల చేతనానుభూతినీ పొందగలుగుతావు. ఊర్ధ్వచేతనకంటె విశాలచేతనయే అహంకార విమోచనమునకు ముఖ్యముగా కావలసినది. ఊర్ధ్వగమనం అవసరమే అయినా అంతమాత్రము ననేచాలదు.

విశ్వవిశాలత వలన చేకూరే ప్రయోజనం

విశ్వవిశాలత నీలో నెలకొనిననాడు అహంకార విశిష్టమైన ప్రాణమయ కోశపుకోటలు కూలిపోవుటచే తత్సంబంధమైన ప్రవృత్తులకు వెనుకటివలె నీలో సుస్థిరమైన ఆశ్రయం ఉండనేరదు. అట్టి పరిస్థితిలో, అవి ఒకవేళ బయటినుండి నీపైదాడి సలుపజూచినా, వాటికి సుస్థిరస్థానం తిరిగి నీలో దొరకకుండా నివారించడం నీకు సులభమే అవుతుంది.

ఆత్మానుభూతిని భుక్తపరచుకొనే అహంకారం

నిక్కమైన ఆత్మానుభూతి అహంకారానికి అతీతమైనదే. కాని, అట్టి అనుభూతి కలిగినందుకు అహంకారం గర్వపడి 'నేనెంతగొప్పదాన్ని' అనుకోవచ్చు. లేక, ''నేనే ఆత్మను, పరమాత్మను, నాలో సంకల్పించేది పరమాత్మయే కనుక నాయిచ్ఛవచ్చినట్లు చరిస్తాను'' అనిభావించవచ్చు. ఆత్మానుభూతితో నీయందలి యితర విభాగములను విశ్వలనీరవతతోనింపి హృత్పురుష విమోచనం కల్పిస్తేతప్ప అహంకారం తొలగిపోనేరదు.

అనుభూతులచే కలిగే మహోల్లాసం

బలవత్తరమైన ఆధ్యాత్మికానుభూతి కలిగినప్పుడు ఒక విధమైన మహోల్లాసంసాధకునకు సహజంగా కలగవచ్చు. దానితో పాటుగానే మహదాశ్చర్యమున అతడు నిమగ్నుడు కావచ్చునుగూడ. కాని, అందు అహంభావం మాత్రంవుండరాదు. ఉంటే అది పతనమునకు దారితీస్తుంది.

ఎట్టి అహంకారమైనా ఉపద్రవకరమే

ఆధ్యాత్మికోన్నతికి "నేనుకర్త" నన్నుఅహంకారం ఎంత ఉపద్రవకరమో "నేను ఉపకరణము" నన్నుఅహంకారం అంతకంటె ఉపద్రవకరంకావచ్చు. ఏవిధమైన అహంకారమైనా ఆత్మోపలబ్ధికి ప్రతిబంధకమే. "నేనుగొప్ప వాడను. ఈశ్వరుడను" అనే అహంకారం అత్యంతోపద్రవకర ప్రతిబంధకాలలో నొకటి. అహంకారం బృహద్రూపంలో నైనా అణురూపంలో నైనా కూడనిదే.

అహంకార విజృంభణ

మనోమయ, ప్రాణమయకోశము నతిక్రమించిన సాధకుడు సువిశాలమూ, అత్యంత ప్రబలమూనై అమేయ ప్రభావసంపన్నమైన చేతనానుభూతిని పొందగలుగుతాడు. కాని, దీనినంతనూ అతడు తన అహంకారపుతోకకు ముడివేసుకోనే పక్షంలో, మామూలు మనిషికంటె వేయిరెట్లు అహంకారియై అతడు ప్రవర్తిస్తూ, ఈశ్వరమహత్వాన్ని తనమహత్వానికి సాకుగా వినియోగించుకోవడం జరుగుతుంది. ఇట్టి అహంకార విజృంభణకు సాధకుడెంతమాత్రం తావీయరాదు.

ఆధ్యాత్మిక వినమ్రత ఆవశ్యకం

అంతరమున ఆధ్యాత్మిక వినమ్రత సాధకునకు మిక్కిలి ఆవశ్యకం. బాహ్యవినమ్రత ఏమంత మంచిదికాదు. ఇతరులతోడి బాహ్య వ్యవహారములయందు గర్వము, స్వాతిశయ భావము లేకుండుట చాల అవసరమనే మాట నిజమే. బాహ్యవినమ్రత తరచుగా గర్వమును రేకెత్తించి లాంఛన ప్రాయంగా తయారై తుదకు నిరర్థకంగా పరిణమిస్తుంది.

ఆధ్యాత్మిక వినయశీలుని లక్షణం

ఆధ్యాత్మిక వినమ్రత, వినయముగల సాధకుడు తానింతవరకు సాధించిన దెంత, ఇంకా ఎంత సాధించవలసివున్నది, దానిలో యిదిఎన్నోవంతు, అనేది నిత్యమూ గుర్తులో వుంచుకొంటాడు. ఈశ్వరానుగ్రహంలేనిచో తానుశూన్య ప్రాయుడననే సంగతికూడ అతడు మరువడు.

అధిక్య భావ స్ఫూర్తి

మహత్తరమైన ఆధ్యాత్మికసీమలు సాధకుని అంతశ్చేతనయందు విస్తరిల్లి నప్పుడు, అదివరకే అతడెంతో వినయసంపత్తి కలవాడైతేతప్ప, ఒక విధమైన ఆధిక్య భావమతనిలో పొటమరించకుండా నివారించుకోడం కొంత కష్టసాధ్యమే. శ్రీరామకృష్ణుని శిష్యులలో నాగమహాశయునియందు ఆధ్యాత్మికానుభూతులు అతని వినయసంపత్తిని మరింత పెంపొందించగా, వివేకానందునియందు అవి శక్తి ప్రాబల్యమునూ ఆధిక్యభావమునూ విస్తరింప జేసినవి.

వివేకానందుని సుప్రసిద్ధ సమాధానం

వివేకానందుడు ప్రవచించినదాని నాక్షేపిస్తూ ఒక మద్రాసు పండితుడు, 'శంకరుడట్లన లే'దని పలుకగా, 'శంకరుడట్లనలేదు. కాని నేను వివేకానందుడను అంటున్నాను' అని వివేకానందుడు చెప్పిన సమాధానం సుప్రసిద్ధం. సామాన్యదృష్టికి యిందులో హిమవన్నగమంత అహంకారం గోచరించవచ్చు. కాని, వివేకానందుని ఆధ్యాత్మికానుభూతి అనృతము

కాదు. తనకనుభూతమైన ఒక మహాసత్యమును సమర్థించగోరే శాస్త్ర లక్షణమిది. వట్టి అహంకారంకానేరదు.

అనుభూతి ప్రకటనలో అహం ప్రత్యయం

నిరహంకారము, ఆధ్యాత్మిక వినయసంపత్తి అత్యావశ్యకములనే మాట నిజమే. కాని, నాఆధ్యాత్మికానుభూతులను నేను ప్రకటించవలసినప్పుడు ఆపనిని నేను సత్యనిష్ఠతో నిర్వర్తించవలసివుంటుంది. అట్టి సందర్భంలో, అహం ప్రత్యయమును నేనుపయోగించే యెడల అది అహంకార లక్షణ మని సద్యోదృష్టికిచప్పున అనిపించినా, ఆవిధముగా నిది నిర్ధారణ చెయ్యడం అంతసులభమైన విషయంకాదు.

అహం ప్రత్యయ ప్రయోగం

సకలజగత్తూ నాలోనే ఉన్నట్లూ, నాలోనికి ఈశ్వరశక్తి ప్రవహిస్తూ వున్నట్లూ, ఈశ్వరునితో నేను ఏకమైవున్నట్లూ, ఇట్టి అనుభూతులను నేను పొందినప్పుడు వాటిని ప్రకటించడానికి నేను అహం ప్రత్యయమును, 'నేను' అను పదాన్ని వాడవలసే వుంటుంది. 'నేను'కు బదులుగా 'ఈ దేహము' అని అంటూ మాయావాదపద్ధతిని నేను అనుసరింపజాలను.

ఈశ్వరాంశమైన ఆత్మగామాత్రమే నా ప్రాముఖ్యం

అహంకార విశిష్టమైనవ్యక్తిగా నీకు ఎట్టి ప్రాముఖ్యమూలేదని తెలుసుకో. ఈశ్వరాంశమైన ఆత్మగా మాత్రమే నీకు ప్రాముఖ్యం. అయితే నీ ఆత్మ ఇతరాత్మలకంటె ఎక్కువదికాదు. సర్వాత్ముడైన ఈశ్వరునకు అన్ని ఆత్మలూ ముఖ్యములే.

ఇతరులతో పోల్చిచూచుకోడం తగదు

సాధకుడు న్యూనాధిక భావాలను ప్రోదిచేసుకొనరాదు. వాటివలన ప్రయోజనం శూన్యం. ఎవని అభివృద్ధి మార్గంవానిదే. దానికి అవధి అనేదిలేదు. సంకల్పము, పురోగమనము, కాలము విధించిన అవధులే అవధులు. ఎవని స్వభావం, తీరు తెన్నులు వానివే. స్వకీయ లక్ష్యాలే ప్రమాణాలు. ఇతరులతో పోల్చిచూచుకొవడం ప్రమాదాలను కల్పిస్తుంది.

నీ స్వధర్మమున నీవు ప్రతిష్టితుడవు కావాలి

ప్రతిసాధకునకూ ప్రత్యేక పంథావున్నది. ఈశ్వరునితో ప్రత్యేక సంబంధమున్నది. ఈశ్వరలీలయందు ప్రత్యేకస్థానమున్నది. స్వధర్మమున నిండు విశ్వాసంతో అతడు సుప్రతిష్ఠితుడు కావడం అవసరం. ఇతరులతో పోల్చిచూచుకొని అసూయాదులచేత అతడు విక్షిప్తుడుకారాదు. కొందరిలో యీవిక్షేపం తిరుగుబాటునకూ మరికొందరిలో నిరాశానిస్పృహలకూ దారితీస్తుంది.

నీ లోపాలను గురించి నిరంతరచింత తగదు

నీలోవుండే లోపాలను హెచ్చుతగ్గులు లేకుండా యథాతథంగా గుర్తించడం ఉపయోగకరమేకాని, అట్లు గుర్తించిన మీదట ఎల్లప్పుడూ వాటిని గురించే తలపోస్తూ ఆందోళన చెందడం మంచిదికాదు. ఈశ్వర శక్తియే సర్వమునూ చక్కదిద్దగలదన్న విశ్వాసంతో ఆశక్తిని నీలోపల పనిచేయనివ్వాలి.

కోరికలను తీర్చుకోడం యోగంకానేరదు

యోగసంసిద్ధికిగల తిన్నని మార్గంలో కోరికలను తీర్చుకొనుటకు వ్యవధి ఎక్కడిది? కోరికలను జయించనిచో ఆ తిన్నని మార్గమున తిన్నగా నడవడం సాధ్యపడదు. కోరికలను యథేచ్ఛగా సాగనివ్వడం యోగము కానేరదు. యోగమునకు కావలసినది కామవివశత్వంకాదు, కామవిజయం.

దుఃఖాన్ని మాయంచేసే అద్భుతశక్తి

ఇతరులలో నీకు బాధ కష్టము కలిగించే వైపరీత్యాలను ఉన్నతస్థాయినుంచి వ్యక్తిగత సంబంధాలకతీతమైన దృష్టితో చూడడం నేర్చుకో. అట్లు చూచినందువల్ల నీక్లేశములు సదవకాశములుగ మార్పుచెందుతాయి. ఏల నంటే, మనకు కలిగేచిక్కులమూలానికి పోయి తెలుసుకొనే జ్ఞానంలో దుఃఖమును మాయంచేయగల అద్భుత శక్తి ఉన్నది.

యోగ ప్రతిబంధకాలు

కామవలు, వాసనలు యోగమునకు ప్రతిబంధకములు కాగలవేకాని సహాయకములు కానేరవు. నీలో కామము, అహంకారము ఉన్నంతకాలం ఈశ్వరునకు సమర్పణముగాని, యోగసంసిద్ధికాని సాధ్యంకాదు. నిస్స్వార్థమూ, అవరవాంఛావిరహితమూనై ఈశ్వరసేవకొరకు ఈశ్వరుని ఉపకరణంగా విలసిల్లే సత్య సంపదనలవర్చుకో.

హృత్పురుషుని ఆకాంక్ష

కామన మనోమయ, ప్రాణమయకోశములకు సంబంధించినది. హృత్పు

రుషుని చేతననుండి బయలుదేరేది కామనకాదు, ఆకాంక్ష. ఆత్మసమర్పణకు అది షరతులను విధించదు. తన ఆకాంక్ష వెంటనే నెరవేరకపోతే విముఖత్వం చెందదు. ఏలనంటే, ఈశ్వరునియందుగాని, గురువునందుగాని పరిపూర్ణవిశ్వాసం దానికి స్వతస్సిద్ధం. దివ్యానుగ్రహం కొరకు అపారసహనంతో అది వేచి వుండగలదు.

హృత్పురుష చేతనపెట్టే ఒత్తిడి లక్షణం

పట్టుదలతో ఒత్తిడిపెట్టే లక్షణం హృత్పురుష చేతనకు సైతంలేకపోలేదు. కాని, అదిపెట్టే ఒత్తిడి ఈశ్వరుని పైనకాదు, ప్రకృతిపైన. ప్రకృతిలో యోగసిద్ధికి ప్రతిబంధకములై నిలిచే దోషములన్నింటిపైనా అది ఒత్తిడి పెట్టుతుంది. యోగసాధనలోనూ, అనుభూతిలోనూ దోషయుక్తమగు దానినెల్ల నిర్దేశించిచూపి నిర్దుష్టస్వరూపమున నీ ప్రకృతియెల్ల ఈశ్వరోన్ముఖముగ ఉన్మీలితమయ్యే పర్యంతమూ విశ్రమించ నేరదు.

పరతత్వమున నివసించే విధానములు

పరతత్వమున నివసించే విధానములు రెండు చిరప్రసిద్ధములై వున్నవి. ఒకటి, ఈసర్వవస్తుజాతమునుండియూ దృష్టిని మరల్చివేసుకొని అంతర్ముఖత్వంతో సర్వమునుండియూ వేరై సర్వాతీతమైన దానితో సంసర్గమున అందు నివసించడం. రెండవది, వస్తుజాతపు బాహ్యరూపములందు తగులువడకుండా వాటి నిక్కమైన ఆంతర్యమును, అంతస్సారమునూ గుర్తెరిగి అందు నిమగ్నుడు కావడం.

బాహ్యేంద్రియాకర్షణ అవశ్యం వర్జనీయం

వస్తుజాతపు ఆంతర్యమును తెలుసుకోడానికి కూడా కామము, సంగము, బాహ్యేంద్రియాకర్షణలకు దాసత్వము ముఖ్యప్రతిబంధకములే. కనుక, యీ సాధన మార్గమునకూడా వాటిని వర్జించడం అత్యంతావశ్యకం. బాహ్యేంద్రియాకర్షణ నిర్మూలన కాకుండానే పరతత్వదర్శనం కలుగవచ్చు. కాని, అందుస్థిరత్వం కుదిరేది మాత్రం ఆయాకర్షణ పూర్తిగా తొలగి పోయినప్పుడే.

ప్రాణకోశ ప్రవృత్తులు ఆత్మవి కావు

ప్రాణమయకోశపు సామాన్యప్రవృత్తులన్నీ నీ నిజాత్మకు విజాతీయములే, అవి ఆత్మకు చెందినవి కావు. ఆత్మలోనుండి అవి ఆవిర్భవించడమూ లేదు. వెలుపలనుండి నీలోనికి వచ్చి చేరిన ప్రకృతి తరంగములవి.

కోరికలు కలిగే తీరు

కోరికలు బయటినుంచి వచ్చి ప్రాణమయకోశపు అవచేతనలోనికి ప్రవేశించి పిమ్మట పైకిలేస్తాయి. అట్లు ఉపరితలానికి అవి లేచినప్పుడే మనస్సు వాటిని గుర్తిస్తుంది. కోరికకలిగినట్లు మనం తెలుసుకొంటాం. అది పుట్టినదనుకోవడంచేత బయటినుండి వచ్చినదని గ్రహించము. విశ్వప్రకృతితరంగాలకు ప్రతిస్పందించే అలవాటొకటి ప్రాణమయకోశానికి వుండడంచేత ఆ అలవాటు మాత్రమే ఇచట ప్రాణమయకోశానిదిగాని కోరిక ప్రాణమయకోశానిది కాదు.

కోరికను త్రోసిపుచ్చే సాధన

కోరికను త్రోసిపుచ్చడమంటే, "ఫలానిది కావాలి" అనే ప్రవృత్తిని త్రోసిపుచ్చడమన్నమాట. నిజాత్మకు చెందని విజాతీయ ప్రవృత్తిగా దానిని సాధకుడు తన చేతనలో నుంచే వెలికినెట్టి వేయవలసి వుంటుంది. కోరికను తీర్చడానికి నిరాకరించడంకూడా కోరికను త్రోసిపుచ్చడంలో భాగమే. కోరినప్రకారం ప్రవర్తించడం సత్కార్మకానప్పుడు దానినుండి విరమించడం కూడా యోగసాధనలో అంతర్భాగమే.

కోరికను అణచివేయడంకాదు కావలసినది

ఒకమానసిక నియమానుసారంగానో, లేక నైతికసూత్రానుసారంగానో కోరికను తీర్చనిరాకరించడంజరిగితే, అది కోరికను అణచివేయడం క్రిందికి వస్తుంది. కోరికను అణచివేయడానికీ అంతరంగికముగ దానిని త్రోసిపుచ్చడానికి చాల భేదమున్నది. మొదటిది నైతిక సంయమము కాగా, రెండవది ఆధ్యాత్మికసంశోధనం.

కోరికలు బయటివిగా తోచే అనుభవం

నీయథార్థచేతనలో నీవు నివసించనేర్చినప్పుడు, కోరికలు నీకు వెలుపల నున్నట్లుగానూ, వెలుపలిదైన విశ్వప్రవృత్తినుండి అవి నీలోనికి ప్రవేశిస్తున్నట్లుగానూ నీకు తోస్తుంది. సామాన్యమానవుని పరిస్థితి ఇట్లుండదు. కోరిక అతనిలోనికి ప్రవేశించి అచట పీఠంవేసుకొన్న తరువాతనే అతడు దానిని గుర్తించడమూ తనదిగా భావించుకొనడమూ జరుగుతుంది.

కోరికను వదలించుకొనే ఉపాయం

యథార్థచేతనతో ఎరుకగల్గివుండడమే కోరికను వదలించుకోడానికి మొట్ట మొదటగా సాధించుకోవలసినస్థితి. కోరికను తనలో ఒక భాగంగా భావించుకొని దానితో పెనగులాడవలసి వచ్చేటప్పటికంటే ఈ పద్ధతి యందు కోరికను త్రోసిపుచ్చడం సుకరమౌతుంది. మనలో ఒకభాగముగా ఎంచబడిన దానిని కోసివేయడం కంటే అధనముగా పెరిగి దానిని తొల గించడం సులువుకదా?

చైత్యపురుష సహకారం

హృత్కుహరమందలి చైత్యపురుషచేతన ముందుకు వచ్చినప్పుడుకూడా కోరికలను నిర్మూలించడం సుకరమే అవుతుంది. చైత్యపురుషచేతనకు ఆకాంక్షలే కాని కోరికలుండవు. ఈశ్వరునియెడ భక్తిప్రేమలు దాని పలక్షణం. చైత్యపురుషచేతనా ప్రాబల్యం నీయథార్థచేతనా విష్కా రానికి, ఋతచేతనావిష్కారానికి దారితీసి ప్రకృతి దోషముల నవరణకు పహకరిస్తుంది.

కామవిజయ స్సాధ్యా సాధ్యాలు

కామం నీలో భాగమై నీయందు ప్రతిష్ఠితమై వున్నట్లు భావించుకోడానికి నీవు అలవాటుపడి వున్నావు. అందుచేతనే నీపై దాని ఆధిపత్యాన్ని నివా రించడం నీకు దుస్సాధ్యమవుతున్నది. అది నీప్రకృతిలోనిదిగా బయటి నుండి వచ్చి నీమనోమయ, ప్రాణమయకోశములలోనికి తన పంజా చాపుతూవున్న శక్తియని నీవు గ్రహించగలిగినప్పుడు, దానిని త్రోసి పుచ్చడం నీకు సుకరమే.

సాధకుని అవసరాలు

సాధకుని అవసరాలు వీలైనంతతక్కువగానే వుండాలి.ఏలనంటే,జీవితంలో నిజంగా అవసరమైన వస్తువులు చాలా తక్కువ. తక్కినవి ఉపయోగ కరములో, లేక భోగవస్తువులో అవుతాయి. వీటిని ఉపయోగించుకొనే అధికారం సాధకునికి సంగరహితుడై ఈశ్వరేచ్ఛానుసారం సక్రమంగా వినియోగించుకోవడమెట్లో నేర్చుకొనే పరిస్థితి యందుమాత్రమే ఏర్పడు తుంది.

వస్తుజాతము ననుభవించే అధికారం

కోరికనుండి నిజముగా విముక్తుడైన యోగి ఆ యావస్తుజాతము ననుభ వించుటకు అధికారియే. అనుభవించబడే వస్తువు లేకపోయినప్పుడు అత డెట్టివికారమునూ పొందరాదు. ఆవస్తు పరిగ్రహమునందు ఆసక్తిగాని, అది లేకపోయినప్పుడు వ్యాకులపాటుగాని అతనికి కలిగినచో, అతడు ఆత్మ స్వాతంత్ర్యము పొందలేదన్నమాటే. అట్టివాని వస్తుపరిగ్రహం సాధనకు అనుగుణమైనది కానేరదు.

వస్తుపరిగ్రహమునకు అర్హత

వివిధ వస్తుజాతమును సాధకుడు తనకొరకుగాక ఈశ్వరునికొరకు ఈశ్వర సంకల్పానుసారం ఉపకరణ ప్రాయుడై సమ్యక్ జ్ఞానకర్మలతో వినియో గింప నేర్చి ఈశ్వరపరముగా తన జీవితమును సజ్జీకరించుకోవలసి వున్నది. అట్లు వినియోగింప నేర్వనివాడు ఆత్మస్వాతంత్ర్యం పొందినవాడైనా వస్తుపరిగ్రహమునకు అనర్హుడు.

కామములు తీర్చుకోడం సాధన పద్ధతి కాదు

సన్యాసికానీ కాకపోనీ యోగసాధకుడు ఇంద్రియవాంఛలు లేక తన యందలి ప్రకృతి వృత్తులపైన ఆధ్యాత్మికాధిపత్యం కల్గినవాడై వుండాలి. ఇందు కతడు అహంకార వివర్జితుడు, కామరహితుడు ద్వంద్వాతీతుడు కావడం అవసరం. కామములను తీర్చుకొవడం సన్యాసయోగ పద్ధతికే కాదు, పూర్ణయోగపద్ధతికికూడా విరుద్ధమే.

సర్వమూ ఈశ్వరునిది

సర్వమూ ఈశ్వరునిదే. అహంకారముగాని కామముగాని ఇచట తలయెత్త కూడదు. ఈశ్వరతేజస్సు, ఈశ్వరజ్ఞానము, ఈశ్వరశక్తి, ఈశ్వరానందము, ఇవే ప్రవర్తిల్లవలసివున్నది. కాని ఇవి ఊర్ధ్వమునుండి ప్రసరించ వలసినవిగాని కలగాపులగపు అపరవిశ్వశక్తులనుండి వచ్చునవిగావు.

నిస్సంగత్వ ప్రాముఖ్యం

సాక్షాత్కారానంతరం ఈశ్వరేచ్ఛ ఏది ఆదేశిస్తే అది చెయ్యడమే ఉత్తమోత్తమం. కాని, నిస్సంగత్వం నీ నడవడికి పరమ ప్రమాణం కావలసి వుంటుంది. సంయమపూర్వకమైన ప్రగతితో నిమిత్తం లేకుండ విముక్తినీ, స్వాతంత్ర్యమునూ పొందగలిగినవారరుదు.

వాంఛల నణచివేయడం పూర్ణయోగపద్ధతి కాదు

విషయవాంఛలను బలవంతాన అణచివేయడం కాదు, వాటినుండి వేరై

సమతాదృష్టితో చూడడం పూర్ణయోగపద్ధతి. విషయమును యధేచ్ఛగా అనుభవించడం ఎట్టిదో, ఉపవాసాదులద్వారా బలాత్కారముగ అణచి వేయడంకూడా అట్టిదే. రెండింటిలోనూ వాంఛ మిగిలేవుంటుంది. అనుభ వించడంవలన వాంఛ పుష్టిచెందగా అణచివేయడంవలన అణగివుండి బుసకొట్టుతుంది.

సమతాసాధన వలని ప్రయోజనం

సాధకుడు తనయందలి అవర ప్రాణమయకోశమునుండి వేరై నిలచి దాని కోర్కెలూ, ఉద్వేగములూ తనవిగా భావించుకొన నిరాకరిస్తూ వాటి విష యమున సంపూర్ణమైన సమతాదృష్టిని అలవరచుకోవలసివున్నది. అట్లల వరచుకొన్నప్పుడే అవరప్రాణమయకోశము సైతమూ క్రమేణా విశుద్ధిని పొంది ప్రశాంతి పూర్వకమైన సమతాస్థితిని తానుగూడా పొందగలుగు తుంది.

కోర్కెతరంగాలను త్రోసిపుచ్చే పద్ధతి

నీవెలుపల జరిగేదానిని నీవెలా నిర్లిప్తుడవై ప్రశాంతంగా గమనించగలవో, అలాగే నీ లోపల బయలుదేరే ప్రతికోర్కెతరంగాన్నికూడా నిర్లిప్తుడవై ప్రశాంతంగా గమనించడం నేర్చుకొని అలా నీ ఎదుటగా దానిని సాగిపోనీ. అనంతరం అట్లు సాగిపోయేదానిని నీచేతననుండి త్రోసిపుచ్చి దాని సానే నెమ్మదిగా సమ్యక్ చేతనావృత్తిని ప్రతిష్ఠించు.

ప్రేమించవలసినది యీశ్వరుని మాత్రమే

సాధకుడు ప్రేమించవలసినది ఈశ్వరుని మాత్రమే. మానవులు మామూలుగా ప్రేమ అని చెప్పుకొనేది అన్యోన్య కామసంతృప్తికోసమై నడుపుకొనే ప్రాణమయకోశ సంబంధమైన ఆదాన ప్రదాన కలాపం. సాధకులమధ్య ఇట్టి ఆదాన ప్రదాన వ్యవహారముండరాదు. ఇలాంటి ప్రవృత్తిలో పడినవాడు సాధననుండి భ్రష్టుడవుతాడు.

యథేచ్ఛానుభవం వలన కోరిక నిర్మూలంకాదు

కోరికను యథేచ్ఛగా అనుభవించడంవల్ల ఆకోరిక తీరినట్లయి ప్రాణమయకోశం తాత్కాలికంగా విడుమర పొందినట్లనిపించవచ్చు. కాని అట్టి అనుభవం మూలంగా తిరిగి తలయెత్తే హక్కు ఆకోరికకు ఎప్పుడూ ఏర్పడుతూనే వుంటుంది. కోరిక ఎంతమాత్రమూ తగ్గదు. కోరికను అణచివేసి లోపల అనుభవించడం కోరికను నిర్మూలించడానికి ఎలా అసమర్థమో దాని యథేచ్ఛానుభవం అందుకు మరింతగా అసమర్థం.

కోరికను త్రోసివేసే పద్ధతి

కోరికను కేవలం అణచివేయడమేగాక లోపలా వెలుపలాగూడా దానిని త్రోసివేయడంద్వారా దానిపై సంపూర్ణవిజయం సాధించడానికి నీవు కృతనిశ్చయుడవుకావాలి. అట్లు కృతనిశ్చయుడవైనప్పుడు, కోరికను తీర్చకుండా నెగ్గుకొనిరావడం ఎంతమాత్రం అసాధ్యం కాదు.

నిగ్రహము — సంయమము

నీసత్తయందలి ప్రధాన విభాగం కోరికనుండి వేరుపడుతూ వున్నట్లయితే, కోరికను తీర్చకపోవడం దానిని అణచివేయడంగా భావించనక్కరలేదు. కోరికను పుట్టకుండా చేసుకోవడం నావలనకాకపోయినా, 'కోరికనుతీర్చబో' వనేది అణచివేతరూపమైన 'నిగ్రహం'. కోరికను తీర్చకపోవడమేగాక కోరికను సైతం త్రోసిపుచ్చుతాననేది త్రోసివేతరూపమైన సంయమం.

కోపప్రకటనం కూడదు

వచ్చినకోపాన్ని నీవు ప్రకటించినట్లయితే మళ్లీ మళ్లీ వచ్చేదాని అలవాటును నీవు బలపరిచినావన్నమాటే. అందువలన కోపం తగ్గడంగానీ నశించడంగానీ ఎంతమాత్రమూ జరగబోదు. మాటలోగానీ, చేతలోగానీ కోపాన్ని ప్రకటించ నిరాకరించడమే నీవు చేయవలసిన మొట్టమొదటి పని. కోపాన్ని తగ్గించడంగాని, పూర్తిగా నశింప చెయ్యాడంగాని అటు పిమ్మటనే సాధ్యమవుతుంది.

కోపాన్ని జయించే ఉపాయం

కోపంమొదలైనవి నీలో బయలుదేరినప్పుడు, అవి కూడనివనీ వాటి వలన ప్రయోజనంలేదనీ నీఅంతరాత్మ (హృత్పురుషుడు) నీకు ప్రబోధించే అలవాటు నీలో ఏర్పడాలి. ఈబాహ్య విషయములనుండి వేరుపడి నీఅంతరాత్మలో నీవు కుదురుకొనడం నేర్చుకోవడమే ఇట్టి సందర్భాలలో నీవు చేయవలసిన మొట్టమొదటి పని.

క్రోధాదులు అంతరించే పరిస్థితి

నీసత్తయందలి సకల ప్రవృత్తులనూ నీహృత్పురుషుడు, చైత్యపురుషుడు అనుశాసింప దొడగినప్పుడు, పరచేతననీ అన్న, ప్రాణమయకోశములను సంపూర్ణముగా స్వాయత్తపరచుకోగలిగినప్పుడు మాత్రమే క్రోధాదులు పూర్తిగా అంతరించి పోతాయి. అంతవరకూ వాటిని నీవు అదుపులో పెట్టవచ్చు, తగ్గించవచ్చు, బాహ్య ప్రకటనములేని స్పర్శమాత్రముగా నుండునట్లు చేయవచ్చు.

క్రోధాదులు వదలిపోయే సాధనం

మానవుని ప్రాణమయ ప్రకృతిలో క్రోధాదులున్నవనేదీ, అవి ఒక పట్టాన వదలి పోవనేదీ యథార్థమే. కాని, యిచటముఖ్యంగా కావలసినది వాటిని వదలించుకొని పరివర్తనం చెందాలనేదియిచ్ఛ. ఏమైనాసరే అవివదలిపోక తప్పదనేడి నిశ్చిత జ్ఞానం నీలోవుండడం. ఈ ఇచ్ఛా జ్ఞానములు రెండూ నీలో నున్నప్పుడు క్రోధాదులు తప్పనిసరిగా తుదకు విన్నువదలిపోతాయి.

చైత్యపురుష వికాసపు ప్రయోజనం

నీహృదయకుహరమందలి చైత్యపురుషుడు వికాసంచెందడం క్రోధాదులంతరించడానికి మిక్కిలి సహాయకారి అవుతుంది. చైత్యపురుష వికాసం మూలమున నీలో ఎల్లయెడలా ఒక విధమైన కారుణ్యం, సహనం, విశాలభావం వృద్ధిచెందుతాయి. ప్రతివిషయాన్నీ అహంకారికంగా రాగద్వేషాల దృష్టి నుంచి చూడడమనేది వుండదు.

క్రోధాన్ని జయించే సాధనలో ముఖ్యదశ

వచ్చిన కోపం కొంచెంసేపే వుండి అణగి మణగి బయటికి అభివ్యక్తం కాకుండావుంటే అది మంచి లక్షణమే. కూడని దానిని త్రోసిపుచ్చేసాధన విధానమునందు అది చాలా ముఖ్యమైనదశగానే పరిగణించవలసి వుంటుంది. ఈ దశలో కోపమింకా వస్తూనేవుండవచ్చు కాని, వెనుకటి తీవ్రత, సుధీర్ఘత యిప్పుడు దానికి వుండవు.

బాహ్య వ్యవహార ప్రయోజనం

బాహ్యప్రకృతి పరివర్తనమునందు అభివృద్ధి ఎంతవరకు సాధించబడింది పరీక్షించి తెలుసుకోడానికి బాహ్యవ్యవహారం ఉపయోగపడుతూ వుంటుంది. సాధకుడు పూర్తిగా అంతఃస్థుడై వున్నప్పుడు బహిర్ముఖ ప్రవృత్తులు అణగివుంటవిగాన, అవి ఎంతవరకు మార్పుచెందినవో సులభముగ తెలుసుకోడానికి వీలుండదు. కాని ప్రకృతి విమోచనకు సహాయకారి అగునది అంతర్ముఖత్వమే.

చైత్యపురుషాగ్ని గులాబిరంగు

అగ్నిఅంతశ్శుద్ధి సాధనకు సూచకం. ప్రాణమయ కోశములపైన పనిచేసే టప్పుడది ఎర్రనిరంగు కలిగి వుంటుంది. హృదయకుహరమందలి చైత్యపురుషునికి ప్రాణమయకోశవు ఆవరణం తొలగి పోయినప్పుడు, చైత్యపురుషుని గులాబీరంగు అంతకంతకు హెచ్చుగా ప్రతీయమాన మవుతుంది.

క్రోధాన్ని జయించే సాధనలో ముఖ్యదశ

వచ్చిన కోపం కొంచెంసేపే వుండి అణగి మణగి బయటికి అభివ్యక్తం కాకుండావుంటే అది మంచి లక్షణమే. కూడని దానిని త్రోసిపుచ్చేసాధన విధానమునందు అది చాలా ముఖ్యమైనదశగానే పరిగణించవలసి వుంటుంది. ఈ దశలో కోపమింకా వస్తూనేవుండవచ్చు కాని, వెనుకటి తీవ్రత, సుదీర్ఘత యిప్పుడు దానికి వుండవు.

బాహ్య వ్యవహార ప్రయోజనం

బాహ్యప్రకృతి పరివర్తనమునందు అభివృద్ధి ఎంతవరకు సాధించబడిందీ పరీక్షించి తెలుసుకోడానికి బాహ్యవ్యవహారం ఉపయోగపడుతూ వుంటుంది. సాధకుడు పూర్తిగా అంతఃస్థతుడై వున్నప్పుడు బహిర్ముఖ ప్రవృత్తులు అణగివుంటవిగాన, అవి ఎంతవరకు మార్పుచెందినవో సులభముగ తెలుసుకోడానికి వీలుండదు. కాని ప్రకృతి విమోచనకు సహాయకారి అగునది అంతర్ముఖత్వమే.

చైత్యపురుషాగ్ని గులాబిరంగు

అగ్నిఅంతశ్శుద్ధి సాధనకు సూచకం. ప్రాణమయ కోశములపైన పనిచేసే టప్పుడది ఎర్రవిరంగు కలిగి వుంటుంది. హృదయకుహరమందలి చైత్యపురుషునికి ప్రాణమయకోశపు ఆవరణం తొలగి పోయినప్పుడు, చైత్యపురుషుని గులాబీరంగు అంతకంతకు హెచ్చుగా ప్రతీయమాన మవుతుంది.

విషయాసక్తి తొలగుటకు ఉత్తమోపాయం

విషయాసక్తిని వదలించుకోడానికి విషయాలను వదలడమే ఉత్తమ మార్గంకాదు. ప్రాప్తమైన దానిని స్వీకరించి, అవసరమైన దానినేకోరి, ఇకదానికి ఎట్టి ప్రాధాన్యమూయివ్వక దానిని గురించి తలపోయడం మాని, ఉన్నవాటిని ఉపయోగించుకొంటూ లేని వాటికొరకు కలతచెంద కుండడమే విషయాసక్తి తొలగడానికి ఉత్త మోపాయం.

గీతలోని కర్మ యోగంలో

భగవద్గీతలో బోధింపబడిన కర్మయోగపద్ధతి ననుసరించి చేసేకర్మ మానవజీవితసంబంధమైన సామాన్య కర్మయే. కాని, అంతరంగికమైన మార్పుతో ఆ కర్మాచరణను గీత విధిస్తూవున్నది. అచట చేయవలసి వచ్చే హింస అహంకారిక మైన వ్యక్తిగత హింసకాదు. సాంఘిక జీవన వ్యవస్థలో అంతర్భాగం. కామక్రోధాదులతో చేయబడే వ్యక్తిగతహింసకు ఆధాత్మిక జీవనంలో స్థానంలేదు.

పూర్ణయోగంలో కర్మ

పూర్ణయోగంలో లక్షించబడే కర్మ సామాన్య మానవజీవిత సంబంధమైన కర్మకాదు. సామాన్య మానవ జీవితానికి అతీతస్థితిని అందుకొని ఆస్థితి నుండి చేసెడి దివ్యకర్మ అది. అందు హింసకు ఎంతమాత్రమూ తావు లేదు. దానిని పూర్తిగా వర్జించవలసే వుంటుంది.

ఆధ్యాత్మిక కర్మలలో హింస వర్జనీయం

ఆధ్యాత్మిక పరివర్తనం హింసతో సాధింపబడేది కాదు. మనః, ప్రాణ, దేహములను నియమించగల ఆత్మరాజ్యస్థాపన సాధకునిలో జరగవలసి వున్నది. మనః, ప్రాణముల రాజ్యం అనర్థదాయకం. హింస మానసికాహంకారానికీ, మానసికోద్వేగాలకూ పట్టాభిషేకం చేస్తుంది. సామాన్య ప్రకృతి కార్యకలాపములలో హింస కలదుగదాయని, ఆధ్యాత్మిక కర్మలలో దానిని ఆమోదించడానికి వీలులేదు.

మనోవాక్కులలో కాఠిన్యవృత్తి

సాధకునకు మనోవాఙ్నియమం సర్వత్రా చాల అవసరమే. రాజసికమైన హింసావృత్తి ఎన్నడూ కూడదు. కాని, ఒక్కొక్కప్పుడు కొంత కాఠిన్యం అవసరమైన సందర్భాల్లో వాక్కులోగాని, భావనలోగాని అట్టి కాఠిన్యాన్ని ప్రశాంతంగాఅవలంబించడం అతనికి తప్పనిసరి కావచ్చు.

భయమును నిర్జించే ఉపాయం

మనం దేనినిగురించి భయపడుతూ వుంటామో అది మరల మనలో పొడ చూపి మనలను భయపెట్టుతూ వుండడం సహజం. భయపెట్టే దానివైపు భయపడకుండా నిబ్బరంగా మనం చూడగలిగే పర్యంతమూ యీమాదిరిగ జరుగుతూనే వుంటుంది. ఈశ్వరునియందు కుదురుకొని ఇష్టానిష్టప్రాప్తికి చలించకుండుటకై ఆయన తోడ్పాటుపైన ఆధారపడుతూ భయాన్ని అతిక్రమించడం నేర్చుకో.

భయంవలన కలిగే అనర్థాలు

భయం లేనిపోని భయానక సంఘటనలను కల్పన చేయిస్తుంది. విపత్తు వాస్తవికమైనప్పటికీ భయపడినందువలన ప్రయోజనంలేదు. భయం బుద్ధికి పొరకప్పుతుంది. మనస్సును చెదరగొట్టుతుంది. చేయవలసిన ప్రతి క్రియను చేయనివ్వదు. ఈ సంకీర్ణస్థితిని తొలగించగల దివ్యశక్తిని నీలో ఉద్దీపింపజేసుకో.

భయము, అసంతుష్టి

భయంద్వారాగాని, అసంతుష్టిద్వారాగాని సాధనలో అభివృద్ధి సాధించవచ్చునని సాధకుడు భావించడంతప్పు. భయం సర్వదా వర్జించతగినదే. దేనికి నీవు భయపడతావో అది భయంచేతనే ఆకర్షించబడి నిన్ను వెంటాడుతుంది. ఇక అసంతుష్టి అనేది నిన్ను దుర్బలునిగావించి అసంతుష్టికి కారణభూతములయ్యే వాటికి నిన్ను మరింతగా లోనయ్యేటట్లు చేస్తుంది.

నిత్యసంతోషవృత్తి

తేలికతనానికి అవకాశమీయకుండానే నిత్య సంతోషిగావుండే అభ్యాసం సాధకుడు చేయవచ్చు. సంతోషవృత్తి ప్రాణమయకోశ ప్రతిస్పందనలను రేకెత్తించవలసిన ఆవశ్యకత లేదు. జాగరూకతతో కనుగలిగివుండి ఎట్టి అసత్ప్రవృత్తినీ ఆమోదించకుండా వుండడమే అతడు చేయవలసిన పని. అట్టి జాగరూకత ఫలితంగానే అతనిలో సంయమన శక్తి వృద్ధి పొందుతుంది.

భయాన్ని తొలగించుకొనే ఉపాయాలు

ఊర్ధ్వమునుండి బలాన్నీ, ప్రశాంతినీ నాభిస్థానం క్రిందగల అవరప్రాణమయ కోశంలోనికి కొనితేవడం భయాన్ని తొలగించుకొనేందుకు ఒక ఉపాయం. భయంపొటమరించినప్పుడు, ప్రశాంతి నీలో నెలకొనేటట్లు సంకల్పశక్తితో అనుశాసించడంకూడా అందుకు ఉపాయమే. ఈరెండు ఉపాయాలలో ఏదో ఒకటి అవలంబింపవచ్చు. లేక రెంటినీ కలిపి అనుష్ఠించనూవచ్చు.

భయానికి జన్మస్థానం

ఉన్నత ప్రకృతియందు భయమునకు స్థానము లేదు. భయము ప్రాణమయ కోశమున కల్పితమైన అవిద్యాసాధనము. ప్రమాదమును శంకించుట వలన ప్రతిక్రియగా జనించిన తీవ్రమైన వృత్తివిశేషము. వస్తుతత్వ జ్ఞానం దీనిమూలంగా వక్రగతిని పొందుతుంది. అహిత శక్తులచే రూపించబడినదిగా దీనిని మనం పరిగణించవచ్చు.

అసూయ వర్జనీయం

అకారణమైన అసూయఎన్నటుగాకూడదు. కారణంలేని అసూయ కేవలం అర్థరహితమైన అసందర్భ విషయమని చెప్పకతప్పదు అయితే, సామాన్య ప్రమాణాల ప్రకారం అసూయ సహేతుకమే అయినప్పటికీ సాధకుడు దానినికూడ వర్జించవలసినదే.అసూయలో ధీరోదాత్తతమృగ్యం. యోగులకు వుండగూడని లక్షణమది.

మానవసత్తలోని మార్పు లక్షణం

మానవసత్త అంతా ఒకే అందమనీ, ఇందలి ఏభాగంలో మార్పు వచ్చినా అంతా అదేసమయంలో అత్యద్భుతంగా మార్పుచెందుతుందనీ అనుకోవడం పొరపాటు. నీలో ఎంత మార్పువచ్చినా పూర్వ వాసనలకు సంబంధించినది ఏదో ఎచటనో దాగివుండి వాటిని నిర్మూలించాలనే దృఢ సంకల్పం నీలోనడలితే మరల తలయెత్తుతూ నిన్నుకవ్వించడం జరుగుతూనే వుంటుంది.

సత్యానృతములకు సహజీవనం పొసగదు

"జ్యోతికీ, తమస్సుకూ, సత్యానికీ, అనృతానికీ సహజీవనం పొసగదు" అనేమాటకు అర్ధమేమిటి? ఆధ్యాత్మికసాధనలో ఆ రెండూకలిపి మెలగడానికి సాధకుడు అంగీకరించరాదనియే దానిభావం. జ్యోతినీ, సత్యమునూ మాత్రమే అతడు తనలో నిలుపుకొంటూ తమస్సునూ, అనృతమునూ పూర్తిగా త్రోసిపుచ్చడం అవసరం.

సత్యానృతములకు సహజీవనం పొసగదంటే

'జ్యోతికీ' తమస్సుకూ, సత్యానికీ, అనృతానికీ సహజీవనం పొసగదన్నప్పుడు మానవునిలో పూర్తిగా జ్యోతియో, తమస్సో ఏదో ఒకటే వుండడానికి వీలున్నదనీ, దుర్బలత్వం ఏమాత్రం వున్నవాడైనా అతనిలో వెలుగుగాని హృదయపూర్వకమైన ఆకాంక్షగాని, సత్య నిష్ఠగాని ఉండడానికి వీలులేదని ఎంతమాత్రమూ భావించరాదు. అట్లయినచో యిక యోగమనేదే అసంభావ్యమౌతుంది.

వివాదములయెడ వర్తించదగుతీరు

ఎవరితో నీకు వివాదం సంభవించినా దానిని తాత్కాలిక క్షణికవృత్తిగా త్రోసిపుచ్చడానికి బదులు దానినే తలపోస్తూ, అది పట్టించిన పెడదారినే పడి ఇంకా నీవు పోయినట్లయితే, అంతకుపూర్వం సాధించుకొన్న చైతన్యస్థాయినుండి నీవు దిగజారిపోక తప్పదు. విషాదం నీలో రేకెత్తించే భావాలను ప్రోత్సహించరాదు.

విపరీతభావాలను జయించే సాధన

వివాదం నీలో విపరీత భావాలను రేకెత్తించినప్పుడు, నీవు చేయవలసిన దెల్లా ఒకటేయని మళ్ళీ నొక్కి చెపుతున్నాను. ఆభావాలనుండి విడివడటం నేర్చుకొని, ప్రకృతిలో దాగివున్న లక్షణం గమనించిన పిమ్మట వాటిని నెమ్మదిగా త్రోసిపుచ్చుతూ, నీపూర్వపు చైతన్యసాయిని చిక్కబట్టుకోడానికి ప్రయత్నించు. ఆత్మోన్మీలనం గావించుకొని తద్వారా నూతనంగా నిన్ను సృష్టిచేస్తున్న దివ్యజ్ఞాన ప్రవాహం నీప్రకృతియందంతటా నిండుకొని వెల్లివిరిపేటట్లు చేసుకో.

అన్నమయ కోశపరివర్తనము

అన్నమయప్రకృతిని నిర్లక్ష్యం చెయ్యరాదు

పూర్ణయోగసాధకుడు తమోభూయిష్ఠమైన తన అన్నమయ ప్రకృతిని కూడా రూపాంతరం చెందించుకోవలసివున్నది. పూర్వపద్ధతులననుసరించే సాధకులు పెక్కుమంది శిరస్సుపైగల ఆధ్యాత్మిక భూమికలలోనికీ హృదయాంతరమునగల చైత్యభూమికలలోనికీ ప్రవేశించడంతో తృప్తిపడి ఈ విభాగాన్ని నిర్లక్ష్యంచేస్తూ వుంటారు. ఇందువలన అది మార్పు చెందక యథాస్థితిలోనే ఉండిపోతుంది.

మానవునిలోని అత్యంతపాశవిక విభాగం

అన్నమయ సత్తనిరసించదగినదికాదు. అదికూడా ఈశ్వరనిర్దిష్టమైన అభివ్యక్తిలో అంతర్భాగమే. అన్నమయ ప్రకృతి అవరవిభాగం తమోభూయిష్ఠమైన క్షుద్రవాంఛలతో నిండివుంటుంది. మానవసత్తలోని అత్యంత పాశవికవిభాగంఇదే. దీనిలో ఏమున్నదో తెలుసుకొని దీనిని రూపాంతరం చెందించడంకోసం సాధకుడు దీనిని బాగుగా పరిచితం చేసుకోడం అవసరం.

దివ్యానందశక్తిజ్యోతుల అవతరణ

మనోమయ, ప్రాణమయ భూమికలలోనుంచి సాధకుడు అన్నమయ భూమికలోనికి దిగివచ్చినప్పుడు, వెనుకటి గంభీరానుభూతులు మరుగువడి, అన్నమయ ప్రకృతికి మూలకందమనదగిన తమోభూయిష్ఠజడత్వం లోనికి దిగజారినట్లవుతుంది. ఈ జడత్వాన్ని పారద్రోలి దివ్యానందశక్తి

జ్యోతులను అచట పాదుకొల్పడానికే ఈశ్వరుని దివ్యానందశక్తిజ్యోతులు పైనుండి దిగివచ్చి సకలమునూ రూపాంతరం చెందించ వలసి వున్నది.

అన్నమయ ప్రకృతి పరివర్తనం కష్టతమం

పూర్ణయోగ సాధనలోవున్న కష్టమంతా అన్నమయ ప్రకృతిని పరివర్తనం చెందించడంలోనే వున్నది. మనోమయ ప్రకృతినిగాని, ప్రాణమయ ప్రకృతినిగాని పరివర్తనం చెందించడంలో యింత కష్టంలేదు. సాధకుడిది గ్రహించి అన్నమయ ప్రకృతిని పరివర్తనం చెందించడంలోగల కష్టాన్ని ధీరత్వంతో, పట్టుదలతో ఎదుర్కొనే సిద్ధంకావడం అవసరం.

లోపభూయిష్ఠమైన ప్రాథమిక వృత్తి ప్రదర్శన

అన్నమయ ప్రకృతిని పరివర్తనం చెందించడానికై పరచేతన క్రిందికి అవతరించడం జరిగినప్పుడు, అన్నమయకోశపు సామాన్య బాహ్య ప్రకృతి ప్రకటమై లోపభూయిష్ఠమైన తన ప్రాథమికవృత్తుల ప్రదర్శనకు గడంగ వచ్చును. అట్టి వృత్తులకు ప్రోత్సాహమివ్వడానికై సాధకునకు విరోధులైన ఇతర శక్తులుకూడా సిద్ధంగా కాచుకొని వుంటాయి.

అన్నమయకోశపు వాంఛామూలములు

సాధకుని సాధన పరిణతి ననుసరించి అన్నమయ కోశపు ప్రాథమిక వృత్తులకు మనోమయ, ప్రాణమయ కోశములనుండి ఎట్టి ప్రోత్సాహము లభించక పోవచ్చును. అవి పక్రమమైన వృత్తులేయనీ, వాటికోర్కెలను తీర్చడంలో ఘనతకూడా కలదనీ భావ విడంబనము లివ్వుడు లేక పోవచ్చును. అయినా ఆ వృత్తుల మూలములు నశించక పోవడంచేత ఆకోర్కెలు తీరాలనే ఒత్తిడి అనివార్యం కావచ్చు. నిద్రలోగాని మెలకువలోగాని కామవృత్తి కలగడం యిటువంటిదే.

చైత్యపురుష ప్రభావప్రసరణం ఆవశ్యకం

అన్నమయ ప్రకృతికి వెలుగునిచ్చి రూపాంతరం చెందించాలంటే హృదయాంతర్గతమైన నీ ఆత్మ, చైత్యపురుషుడు ముందుకువచ్చి ఆ పని చేపట్టడం అవసరం. మనోమయకోశపు ఉన్నతాశయములు, ప్రశంసలు ప్రాణమయకోశపు ఉన్నతా కాంక్షలు, ఉల్లాసములద్వారమున నీ ఆత్మ అభివ్యక్తమైన చాలదు. అన్నమయకోశంపై కూడా దాని ప్రభావం ప్రసారితం కావలసివున్నది.

చైత్యపురుషుని శక్తి సామర్థ్యాలు

బుద్ధిబలోపేతమైన భావాలు, తదితర సహాయసంపత్తుల ఆవశ్యకత చైత్య పురుషునకు లేదు. ఈశ్వరుని సాక్షాత్స్పర్శ, నిత్యసామీప్యము, ఆంతరిక సహాయము నీకు కలిగింప జాలినది చైత్యపురుషుడే. మనోమయ చేతన ఈశ్వరుని భావన చేస్తుంది. ప్రాణమయచేతన ఈశ్వరుని ఆకాంక్షిస్తుంది. కాని సాక్షాత్స్పర్శగలిగి ఈశ్వరుని తెలుసుకోగలిగేది నీ హృదయాంతర్గతుడైన చైత్యపురుషుడే.

నీ ఆత్మజ్యోతియందు విశ్వాసం నిలుపుకో

సంశయవృత్తులను పారద్రోలు. నిరాశా, నిస్పృహలు నీనిక్కమైన ఉన్నత ప్రకృతికి చెందినవి కావని గ్రహించి వాటిమూలమున కలిగే అశక్తతాది భావాలను త్రోసిపుచ్చు. మబ్బులచే మరుగుపడివున్న సందర్భంలోనైనా సరే నీ ఆత్మజ్యోతియందు విశ్వాసముంచు. అన్నమయకోశపు తమోమయ శక్తుల అంధకారగర్భంలోనైనాసరే నీ ఆత్మయందకుంఠితవిశ్వాసమే నీకు ఏడుగడ.

సాధనారంభదశలోని పరిస్థితి

పూర్ణయోగ సాధన ప్రారంభదశలోకూడా అన్నమయ చేతనకు స్వాభావికమైన లక్షణములు సాధకునిలో అభివ్యక్తం కావడం జరగవచ్చు. కాని,

సాధనలో మనోమయ ప్రాణమయ కోశములకు సంబంధించిన దశలు అనంతరం అన్నమయ కోశములోనికి దిగివచ్చినప్పుడు అభివ్యక్తమైనంత పూర్ణముగా అప్పుడవి అభివ్యక్తంకావడం సంభవించదు. కారణం అప్పటి అన్నమయచేతనలో మనోమయ, ప్రాణమయచేతనలకు సంబంధించిన స్పందనలు కొన్ని నిహితమై వుండడమే.

సవరించే లోపుననే మార్పుచెందే పరిస్థితి

సాధనారంభదశలో కూడా ఒక్కొక్కప్పుడు అన్నమయ చేతనకు స్వాభావికమైన లక్షణములు సాధకునిలో పూర్ణముగానే అభివ్యక్తం కావచ్చు. కాని అట్లు అభివ్యక్తమైన పరిస్థితి దీర్ఘకాలం ఉండనేరదు. సాధకుడు దానిని గుర్తించగలిగే లోపుననే అది మారిపోవడం సంభవిస్తూ వుంటుంది.

అన్నమయ కోశముతో ప్రత్యక్ష వ్యవహారం

సాధనలో మనోమయ, ప్రాణమయ కోశములకు సంబంధించిన దశల అనంతరం సాధకుడు అన్నమయ కోశములోనికి దిగివచ్చి అందు ప్రవేశించడం ద్వారా దానితో ప్రత్యక్షంగా వ్యవహరించ వలసిన అవసరమున్నది. లేనియెడల అతనిలో కొనసాగవలసిన ప్రకృతి పరివర్తనం సంపూర్ణం కానేరదు. ఈ దశయందతనిలో అన్నమయ చేతనకు స్వాభావికమైన లక్షణములు పూర్ణముగ అభివ్యక్తం కావడం అట్టి పరివర్తనము సుగమం చెయ్యడానికే.

విశ్వాసానికి త్వరితంగానే లక్ష్యసిద్ధి

విశ్వాసం చలనీయక సుస్థిరుడై సాధకుడు సాధనను కొనసాగించేయెడల అన్నమయకోశం తేజోవంతమయ్యేస్థితి త్వరితంగానే సిద్ధిస్తుంది. విశ్వాసం చలిస్తూ స్థిరత్వానికి భంగం కలుగుతూ వున్నట్లయితే లక్ష్యసిద్ధి దీర్ఘకాలానికి గాని కలుగదు. కాని అది కలగడం మాత్రం నిశ్చయం. ఏలనంటే, సాధకునికి తెలియకుండానే దివ్యశక్తి అతనిలో పనిచేస్తూ వుంటుంది. సాధననతడు పూర్తిగా విడనాడితేతప్ప దాని పనికి విఘాతం కలుగదు.

అన్నమయకోశం తేజోవంతమయ్యే స్థితి

అన్నమయ చేతనకు స్వాభావికమైన లక్షణములు తనలో పూర్ణముగా అభివ్యక్తమైన పరిస్థితియందు, సాధకుడెంత మాత్రమూ దిగులు చెంద రాదు. సాధనలో యిది ఒక దశయనీ, దీనిని తానతిక్రమించగలననీ దృఢవిశ్వాసంతో వుంటూ సాధనను కొనసాగించడం అవసరం. అట్లు చేసినప్పుడే మొదట పరోక్షముగానూ పిమ్మట ప్రత్యక్షముగానూ దివ్య శక్తి అతనిలో పనిచేస్తూ అన్నమయ కోశములోనికి యోగచేతనను గొనివచ్చి దానిని తేజోవంతం చెయ్యడం సుకరమవుతుంది.

అన్నమయకోశంలోనికి దిగివచ్చినప్పుడు

పూర్ణయోగసాధనలో మనోమయ ప్రాణమయకోశములకు సంబంధించిన దశల అనంతరం అన్నమయ కోశములోనికి సాధకుడు దిగివచ్చినప్పుడు, అన్నమయ చేతనకు స్వాభావికమైన లక్షణము లతని పూర్తిగా అభి వ్యక్తమై దీర్ఘకాలముదనుక ప్రాబల్యం వహించడం జరుగుతుంది. తాను సామాన్య మానవుని కంటే హీనుడైనట్లు, అంతశ్చేతన మరుగుపడి బాహ్యచేతనలో తాను కొట్టుమిట్టాడుతున్నట్లు, యోగశక్తి విలసనం తనలో ఆగిపోయినట్లు సాధకునకు తోచే పరిస్థితి యిది.

అన్నమయకోశపు ప్రతిరోధ లక్షణం

అన్నమయకోశపు జడత్వం నీ లోని ప్రాతసంస్కారాలను త్రోసిపుచ్చ డానికి ప్రతి బంధకమవుతుంది. త్రోసిపుచ్చబడిన వాటికి మూలకందమది.

మనోమయ ప్రాణమయకోశములలోని ప్రతిరోధం వృక్షమునకు కొమ్మలు, పువ్వులు, కాయలవంటిదికాగా, అన్నమయకోశంలోని ప్రతిరోధం దాని వేరు వంటిది. కొమ్మలు వగైరాలను నరికినంత మాత్రమున ప్రతిరోధం పూర్తిగా తొలగదు.

ఏ పని చేయడానికీ ఇష్టంలేని పరిస్థితి

ఏ పని చేయడానికీ ఇష్టంలేకుండా పోవడం కేవలం అన్నమయకోశపు జడత్వశక్తికి లొంగి పోవడమే. ఈ పరిస్థితిలో ఆత్మహింసాకరమురైన పూర్వపద్ధతు లనుసరించడం వలన ప్రయోజనం లేదు. దివ్యకాంతినీ, దివ్యశక్తినీ అన్నమయకోశములోనికి ఆహ్వానించి వాటి ప్రభావమునకు ఉన్మీలితుడవు కావడం నేర్చుకో. అన్నమయకోశపు జడత్వం ఆ ప్రభావానికి ప్రతిస్పందించునట్లు చెయ్యడమే కావలసినది.

అన్నమయకోశమునకూడ అవబోధావశ్యకత

ఏ పని చెయ్యడానికీ యిచ్ఛ లేకపోయే అప్రవృత్తిగాని సర్వమునూ మరచిపోయేటట్లుచేసే అప్రకాశతగాని అన్నమయకోశపు జడత్వలక్షణాలే. ఈ దోషాలు నీలో ప్రాముఖ్యం వహించడం సవరణ పొందడం కోసమే. అన్నమయకోశానికికూడ అవరోధం కలిగించడంద్వారా మాత్రమే ఈ సవరణ సాధ్యపడుతుంది.

వివిధస్థానములలో రాదగినమార్పు

బుద్ధిగుహలో వెలుగు, శాంతి నెలకొనాలి. హృదయకుహరంలో ప్రేమ,

కరుణవిండారాలి. ప్రాణమయకోశమున శక్తివిలసనము, స్థిరత్వము పరిఢవిల్లాలి. అన్నమయకోశమున జ్ఞానగ్రహణయోగ్యతను సూచించే ప్రకాశత, ప్రవృత్తి లక్షణం ద్యోతకం కావాలి. వివిధ స్థానములలో నీయందు ద్యోతకం కావలసిన మార్పులివి.

ఈశ్వరేచ్ఛ కుపకరణంగా మలచడంకోసం

అన్నమయచేతనలోనికి దివ్యతేజశ్శాంతి శక్త్యానందములను గొనితెచ్చి అందలి జడత్వాది దోషములను పారద్రోలి ఈశ్వరేచ్ఛకు నిర్దుష్టమైన ఉపకరణంగా దానిని మలచడంకోసమే పూర్ణయోగసాధన. ఆహారనియమము, శరీరపోషణ శరీరాన్ని అందుకనుగుణంగా సరియైన స్థితిలోనుండువట్లు చెయ్యడంకోసమే. అటుతరువాత ఈనియమాలతో సాధకునకేమీ పని వుండదు.

అంతర్ముఖత్వ స్థితిలో నిద్ర

ప్రబలమైన అంతర్ముఖత్వ స్థితియందు అచటి అనుభూతిలో పాలుపంచుకోగల చేతనత్వాన్ని శరీరం సంపాదించుకొని వుండకపోవడంచేత క్రింది కపతరించే శక్తులను నిద్రద్వారా భుక్తపరచుకోడానికి శరీరం ప్రయత్నించడం సామాన్యంగా జరుగుతూవుంటుంది. కనుక యిట్టి నిద్రకు నీవు ఆందోళన చెందవలసిన పనిలేదు. అనుభూతి శరీరానికి తగినంతగా భుక్తమైన పిమ్మట యీనిద్ర రానేరదు.

సాధకులకూ, ఇతరులకూగల భేదం

సాధనవలన జనించిన శక్తిప్రాబల్యంచే అన్నమయ చేతనను రూపాంతరం చెందించడంకోసం సాధకులు అన్నమయభూమికలో నివసిస్తారు. అన్నమయ చేతనను రూపాంతరం చెందించడానికిగాక యథాతథంగా దానిని కొనసాగింప జెయ్యడానికే సాధకులుకానివారు ఆభూమికయందు నివసిస్తారు. ఇదే ఉభయులకూగల భేదం.

ఆరోహణావరోహణల ఆవశ్యకత

ప్రాణమయ భూమికలో నున్నప్పుడు ప్రాణమయచేతనకు సంబంధించిన చిక్కులు ప్రబలమైనట్లే, అన్నమయ భూమికలోనికి దిగివచ్చినప్పుడు అన్నమయచేతనకు సంబంధించిన చిక్కులు ప్రబలమౌతాయి. చిక్కులను ఎదుర్కొని పరచేతన సహాయమున వాటిని సవరించితేతప్ప పరివర్తనం సాధ్యంకానేరదు. పూర్ణపరివర్తనకు ఊర్ధ్వమున కారోహణము, ఊర్ధ్వము నుండి అవరోహణము అత్యంతావశ్యకములు.

మార్గద్వయం

సాధకుడు ఏభూమికలో వుంటే ఆ భూమికకు సంబంధించిన శక్తులు అతని చేష్టలను, అనుభూతులను, జీవితాన్ని అనుశాసించడానికి ప్రయత్నిస్తూ వుంటాయి. ఈ పరిస్థితినుండి బయటపడేందుకు రెండే మార్గాలు. ఒకటి, ఊర్ధ్వగతిలో ఆత్మస్థానమునుచేరి క్రింది భూమికలతో తాదాత్మ్యం చెందకుండా వాటిని ఉపకరణములుగా పైనుండి చూడనేర్చుకోవడం. రెండవది, ఊర్ధ్వమునుండి దివ్యశక్తిని క్రిందికి గొనితెచ్చి క్రిందిభూమికలను దానికి ఉపకరణములుగా రూపొందించడం.

అన్నమయ చేతనలోని లోపాలు

అన్నమయ చేతనలోని లోపాలు అనేకం. కాని, వానిలో అజ్ఞానము, జడత్వము, తమస్సు, అసద్వృత్తి, ఓర్పు లేకపోవడము, అలవాట్లు వదలలేక పోవడము, మరపు, పొందిన అనుభూతులను నిలబెట్టుకోలేక పోవడము, తనకు ఒప్పుగా తోచిన దానిని స్థైతము చేయలేక పోవడము— ఇవి ప్రధానములు అని చెప్పవచ్చును.

దిగివచ్చిన దివ్యశక్తికిమాత్రమే సాధ్యం

మనోమయచేతన, ప్రాణమయచేతన, హృదయాంతర్గత చైత్యపురుష చేతన, వీటి సంకల్పమెంత బలవత్తరమైనాసరే అన్నమయ చేతనలోని జడత్వమును జయింపజాలవు. ఊర్ధ్వమునుండి దివ్యచైతన్యమును, దివ్య శక్తిని, దివ్యజ్యోతిని క్రిందికి గొనితెచ్చుటవలననే అయ్యది సాధ్యం. కనుక అందు నిమిత్తమై ఎడతెగని ఆకాంక్షనూ, ఎట్టి తీవ్రప్రతిరోధ మధ్యముననైనా ఓరిమివీడని సంకల్పబలాన్ని నీలో పెంపొందించుకో.

వీడనిపట్టుదల అత్యంతావశ్యకం

ప్రవృత్తిరహితమై వున్నప్పుడు జడత్వంతో స్తబ్ధంగావుండి ప్రవృత్తి సహితమైనప్పుడు ఒకే వృత్తిని మొండితనంతో మరలమరల పౌనఃపున్యం చేస్తూవుండడం అన్నమయ ప్రకృతి లక్షణం. అన్నమయ ప్రకృతి యందలి పూర్వవాసనలను వదలించుకోవాలని సాధకుడు ప్రయత్నించే టప్పుడు యీ విధమైన మొండిపట్టుదలలతో అట్టిప్రయత్నాన్ని అన్నమయ ప్రకృతి ప్రతిఘటిస్తూ వుంటుంది. కనుక వీటిని వదలించుకొనే ప్రయత్నం కూడ అటువంటి పట్టుదలతోనే విడువక చేయడం అత్యంతావశ్యకం.

వ్యష్టి, సమష్టిరూప ప్రకృతి విభాగం

సకల ప్రకృతికీ వ్యష్టి, సమష్టిరూపములు కలవు. కావుననే విశ్వప్రకృతి, వ్యక్తిగత ప్రకృతి అనే విభాగం అన్నమయ ప్రకృతి విషయమునకూడా చేయవలసివున్నది. విశ్వప్రకృతినుండియే నానా విషయములూ నీలోనికి ప్రవేశిస్తూవుంటాయి. నీవ్యక్తిగత ప్రకృతి వాటిలో కొన్నింటిని స్వీకరించి ఇతరములను త్రోసిపుచ్చుతూ స్వీకరించిన వాటికొక వ్యక్తిగత రూపాన్ని సంతరిస్తుంది. కావుననే ఇట్టి విషయాలను నీవ్యక్తిగత ప్రకృతికి వెలుపలనీ లోపలనీ చెప్పడానికి వీలున్నది.

అన్నమయ ప్రకృతిగతవాసనా విముక్తి

అన్నమయ ప్రకృతియందలి వాసనలను త్రోసిపుచ్చడంలో సాధకుడు నిరంతర జాగరూకుడై వుండేయెడల మరలమరల తలయెత్తజూచే వాటి బలం క్రమంగా క్షీణించి తుదకతడు వాటినుండి విముక్తుడౌతాడు. పైనుండి పరచేతనను తన అన్నమయకోశములోనికి అవతరింపజేసుకోడం అతనికి సాధ్యమౌతుంది.

పృథ్వీచేతన వైముఖ్యం తొలగాలంటే....

పృథ్వీచేతన మారుటకిచ్చగించదు. కనుకనే పైనుండి తనలోనికి దిగివచ్చే ప్రతిదానినీ త్రోసిపుచ్చుతూ వుంటుంది. సర్వదా అదిచేస్తూ వచ్చిన పని అదే. తమ అవర ప్రకృతిని మార్చుకొన నిచ్చగించి పూర్ణయోగ సాధకులు అందుకు ఉన్మీలితులయ్యే పక్షమునందు మాత్రమే పృథ్వీచేతన యందలి ఈ వైముఖ్యం అంతరించడానికి వీలౌతుంది.

అన్నమయకోశపు జడత్వప్రాబల్యం

ఉన్నత చేతనలో నివసించే అభ్యాసమేర్పడిన తరువాతకూడా అన్నమయ కోశపు జడత్వలక్షణం నీలో ప్రబలంకావడం జరుగవచ్చు. సాధారణంగా ఈజడత్వం అవచేతననుండి పైకి పొటమరిస్తూ వుంటుంది. ఉన్నత చేతనను ఇది నిర్మూలించలేకపోయినా దాని కార్యకలాపమును మందగింప జేయడం జరుగవచ్చు. లేదా పైభూమికనుండి క్రిందిభూమికకు దానిని దిగలాగడం సంభవించవచ్చు. ఉదా: సంబుద్ధ మనోభూమికనుండి ఉన్నత మనోభూమికకు అధిమనోభూమికలోని పై అంతస్తునుండి క్రింది అంతస్తుకు.

జడత్వపు కుదురు పూర్తిగా తొలగాలంటే

అన్నమయకోశపు జడత్వం యోగసిద్ధిపూర్ణత్వానికి ప్రతిబంధకం. అన్న మయ చేతన, అవచేతన, పరిసరచేతన, యీమూడింటికీకూడా విమోచనం సాధించబడినప్పుడే పూర్ణయోగసిద్ధికి ప్రతిబంధకమైన ఈ జడత్వపు కుదురు పూర్తిగా తొలగిపోతుంది.

నెమ్మదిగ కొనసాగినా సమగ్రఫలదాయకం

మనోమయ, ప్రాణమయచేతనలకు సంబంధించిన సాధనకంటే అన్నమయ, అవచేతనలకు సంబంధించిన సాధన కడు నెమ్మదిగా కొనసాగుతుంది. అన్నమయ ప్రకృతి ప్రతిరోధం మిక్కిలి బలీయమూ, జ్ఞానవిరహితమూనై ఒదుగుబాటులేనిది కావడమే దీనికి కారణం. అయితేనేమి? ఇట్లు నెమ్మదిగా కొనసాగిన సాధనయే తుదకు సమగ్రము, పుష్కలము, సుస్థిరమూనైన ఫలితాన్ని ఇస్తుంది.

బలాత్కారపద్ధతులు కూడవు

అన్నమయకోశపు తీవ్రప్రతిరోధం తొలగించడానికి బలాత్కార పద్ధతులు మంచివికావు. తొందరపాటుచేత కొందరు సాధకులు బలాత్కార పద్ధతులలో తమ మనః ప్రాణదేహములను అదుపులో పెట్టజూస్తారు. కాని యిందువలన సరియైన పురోగతికంటె అవరోధమే ఎక్కువగ సంప్రాప్తం కావడం నేను గమనించాను. అన్నమయకోశముపై వెలుగు ప్రసరింపజేసి నెమ్మదిగ దానిని మార్చేప్రయత్నము చెయ్యడమే సరియైన పద్ధతి.

ముఖ్యమైన ఇబ్బంది

అన్నమయ చేతనకుండే ముఖ్యమైన ఇబ్బంది ఏమంటే, తపోదీక్షా వ్యగ్రతను అది విశేషకాలం తట్టుకొనజాలదు. విశ్రాంతిని కోరుతూ మామూలుచేతనలోనికి అది మరల దిగజారుతూ వుంటుంది. ఉపలబ్ధులను జీర్ణించుకొనేటందుకు కాలవ్యవధులను అది అపేక్షిస్తుంది. జరిగినది మరచిపోవడంకూడా దానికుండే మరొక లక్షణం.

సంకల్పమున దుర్బలత్వం

మనోమయ ప్రాణమయ కోశములనుండి సాధన అన్నమయకోశములోనికి దిగివచ్చినప్పుడు, మొట్టమొదటగా సంకల్పమున దౌర్బల్యం ద్యోతకమవుతుంది. జడత్వంతో నిండిన అన్నమయ చేతన ఏపని చెయ్యడానికీ ఇచ్ఛగించదు. పైనుండి విశాలత, శాంతి, విశుద్ధత దిగివచ్చి అన్నమయ చేతన నాక్రమించవలెనని ఆకాంక్షించడమే ఈ సందర్భమున నీవుచేయవలసినపని.

సరిగా కుదురుకొనని ఉన్నత సంయమస్థితి

మానసిక సంయమాన్ని చైత్యపురుష సంయమంగాను, లేక ఆధ్యాత్మిక సంయమంగాను సాధకుడు క్రమేణా పరివర్తింపజేసుకోవలసి వుంటుంది. పెక్కుమంది సాధకులు యీ ఉన్నత సంయమస్థితి తమయందు సరిగా కుదురుకొనకముందే మానసిక సంయమాన్ని విడనాడడం జరుగుతూ వుంటుంది. అట్టి సందర్భంలో అతని అన్నమయ చేతనను ఒక్కొక్కప్పుడు పైనుండి దిగివచ్చే శక్తులు, వేరొకప్పుడు మామూలు ప్రకృతి శక్తులు చక్రనేమిక్రమంగా ఆక్రమించడం సంభవించవచ్చు.

అన్నమయ పురుషునిలోని పూర్వసంస్కారప్రాబల్యం

అన్నమయ పురుషునిలో పూర్వసంస్కార ప్రాబల్యం చాలా హెచ్చుగా వుంటుంది. ఏలనంటే, సంస్కారాలు పునః పునః ప్రవర్తమానములు కావడమనేదాని ఫలితంగానే జడంలో చైతన్యం అభివ్యక్తమయింది. సంస్కారాలచే కికురింపజేయబడిన చైతన్య ప్రతిస్పందనల ఫలితంగానే మానసిక శాస్త్రజ్ఞులు పేర్కొనే "ప్రవర్తన" మనేదికూడ అభివ్యక్తమయినట్లు కనిపిస్తుంది.

సర్వకార్యకర్త్రి ప్రకృతి అనే అనుభూతి

సర్వకర్మలూ ప్రకృతియే చేస్తున్నదనెడి గీతలో చెప్పబడిన అనుభూతి అన్నమయ చేతనలోనున్నప్పుడు సాధకునకు కలిగితే ఆకర్మలు యాంత్రిక ప్రాయములుగా అతనికి గోచరిస్తాయి. ఇదే అనుభూతి మనోమయ, ప్రాణమయ చేతనలలో నున్నప్పుడు కలిగితే అప్పుడా కర్మలు వివిధ శక్తుల క్రీడావిలసనంగా ద్యోతక మవుతాయి.

ఆత్మానుభూతి, సాక్షి చైతన్యానుభూతి

సర్వకర్మలూ ప్రకృతియే చేస్తున్నదనేది అనుభూతితో పాటుగా కలుగ వలసిన మరొక అనుభూతి ఊర్ధ్వమున నీరవమూ, నిశ్చలమూనైన ఆత్మానుభూతి. లేక, అంతరమున ప్రకృతి కార్య విలసమునకు చలించని సాక్షి పురుషచైతన్యానుభూతి. సాక్షిచైతన్యానుభూతి అటుపిమ్మట ఈశ్వర చైతన్యానుభూతిగా మారుతుంది. అంతశ్చేతనా నిష్ఠయందుగాని యీ అనుభూతులు కలుగవు.

అన్నమయ కోశపు బానిసతనం

అన్నమయకోశం ఒక అలవాటును సృష్టిచేసిన కొన్ని శక్తులకు బానిస. అలవాటు రూపమైన యాంత్రిక శక్తి ద్వారమున అవి దానిని యంత్ర ప్రాయముగా నడుపుతూ వుంటాయి. మనస్సు దీనికి అనుమతించినంత కాలం యీ బానిసతనాన్ని నీవు గుర్తించలేవు. అనుమతి ఉపసంహరించ బడినప్పుడు, యీ దాసత్వం నీకు తెలియవస్తుంది. మనస్సు ఇచ్చగించక పోయినా ఒక శక్తి నిన్ను తరుముతున్నట్లు గ్రహిస్తావు.

విడవిఆకాంక్షయే విముక్తిదాయకం

అన్నమయకోశమున నిష్ఠమైన అనుభూతి ఆంతరికం. అదే బాహ్య కర్మగా అభివ్యక్త మవుతుంది. యంత్రమును ఆడించి వదలినప్పుడు ఒకే రకమైన పనిని అది మరలమరల చేసుకుంటూ పోతూవుంటుంది. అటు వంటిదే అన్నమయకోశ నిష్ఠమైన అలవాటుకూడ. దానికి నీవు కలత చెందవలసిన పనిలేదు. వీడని ఆకాంక్షయే ఈ అలవాటును భగ్నంచేసే స్థితికి నిన్నుతీసుకొనిపోయి ముక్తుని చేస్తుంది.

ఆత్మసంయమపూర్వక సాధన అవసరం

మనోమయచేతననూ, ప్రాణమయచేతన ఊర్ధ్వ విభాగాన్ని పరివర్తనం చెందించడానికి ఆంతరంగికానుభూతులు సహాయకారులేకాని ప్రాణమయ చేతన అధోవిభాగాన్నీ, అన్నమయచేతననూ పరివర్తింప జెయ్యడానికి ఆత్మసంయమపూర్వకమైన సాధన అత్యంతావశ్యకం. నీ బాహ్యకర్మలు, వాటి దృక్పథముమారాలి. నీ బాహ్యచింతనలు, కర్మలు ఈశ్వరపరములు కావడం అవసరం.

బాహ్యపురుషునిలోనికి చైత్యాత్మప్రసారం

ప్రకృతినుండి వేరై నిలిచే శక్తి నీ హృదయాంతర్గత చైత్యపురుష చేతనలో నున్నది. నీ బాహ్యచేతనకూడా అందు భాగస్వామి కావాలంటే అందుకు తగిన రీతిగా దానిని ఆయత్తపరచవలసి వుంటుంది. బాహ్య పురుషచేతన అట్లు ఆయత్తమైననాడు అంతరికమైన చైత్యపురుషచేతన బాహ్య పురుషునిలోనికి ప్రసరిస్తుంది.

అన్నమయచేతన స్వరూపం

అన్నమయచేతన అనేది కేవలం స్థూలదేహచేతనయే కాదు. స్థూల మనః, ప్రాణచేతనలుకూడా దానిలో చేరివున్నాయి. ఈ స్థూల మనః, ప్రాణచేతనలు జీవితమందలి స్వల్పమైన సామాన్యవృత్తులతో సంబంధం కలిగి వుంటవి. విషయజాతమును గురించిన బహిర్ముఖవృత్తి వీటికి ఏడుగడయై వుంటుంది. అంతర్ముఖచేతనకు ఇవి ఒక పట్టున ప్రతి స్పందించడం జరగదు.

స్థూలదేహ, ప్రాణచేతనల ప్రతిఘటన

అన్నమయచేతనాంతర్భాగములైన స్థూలదేహ, ప్రాణమనశ్చేతనలలో మన శ్చేతనను తక్కిన వాటికంటె సులభంగా సాధనకు ఉన్మీలితం చెయ్య వచ్చు. స్థూలదేహ, ప్రాణచేతనలు పునః పునః ప్రవర్తమానములయ్యే అలవాటులకు మరింత బానిసలుగా వుంటాయి. అవచేతన ప్రభావం వీటి యందు చాలా హెచ్చుగా వుంటుంది.

స్థూలదేహచేతన జడత్వ లక్షణం

అన్నమయచేతనాంతర్భాగమైన స్థూలమనస్సు సంకుచితము, పరిచ్ఛిన్నము, వివేకరహితమే అయినా జడము కాదు. ఇందుకు భిన్నముగా స్థూల దేహచేతన జడత్వముతో కూడినదేకాక అవచేతనచే ప్రభావితమైవుంటుంది. ఏ శక్తిచేతనో చోదితమైనప్పుడు తప్ప జడంగా పడివుండడమే దాని లక్షణం.

అన్నమయచేతనలో సాధనానుభవాలు

సాధన అన్నమయచేతనలోనికి దిగివచ్చినప్పుడు, స్థూలదేహమున జడిమ; స్థగిత అనుభూతమౌతుంది. స్థూలప్రాణచేతనయందు అలసట బద్ధకము కనిపిస్తాయి. స్థూల మనశ్చేతన యందు ప్రకాశము, ప్రవృత్తి లోపించి వుంటాయి. ఈ విభాగములోనికి వెలుగు ప్రసరింప జేయబడిన ప్పుడు అవచేతనగూడా చేతనగా మార్పుచెంది సాధనకుగల ముఖ్య ప్రతి రోధం తీసివోతుంది.

అన్నమయచేతనలోని సహజ ప్రేరణలు

స్థూల విషయాలతో వ్యవహరించే స్థూలమనో విభాగముదక్క తక్కిన అన్నమయ చేతన అంతా అచేతనకు సన్నిహితంగానే వుంటుంది. సహజ ప్రవృత్తితో వ్యవహరించగలిగే పక్షంలో అన్నమయ చేతనకు సరియైన బోధలు సహజప్రేరణలే కలుగడానికి అవకాశమున్నది. కాని మానవుని లోని మనోమయ, ప్రాణమయచేతనల జోక్యం మూలంగా దీనికి అవరోధం ఏర్పడుతూ వుంటుంది.

స్థూలప్రాణచేతన అసంబద్ధ ప్రవృత్తి

అన్నమయచేతన యందలి స్థూల ప్రాణచేతనా ప్రవృత్తి బొత్తుగా అసంబద్ధంగా, హేతువిరహితంగా వుంటుంది. సరియైన ప్రవృత్తి దానికి కలిగినప్పుడుకూడా హేతువివరణం దానికి చేతకాదు. దాని ప్రవృత్తులను సమర్థించడానికి పూనుకునేది మనోమయచేతన. మనస్సు యీపని చేయనప్పుడు "నాకిది యిష్టం. అది యిష్టం కాదు" అని తనరాగద్వేషాలను మాత్రమే స్థూలప్రాణచేతన వెల్లడించ గలుగుతుంది.

స్థూల మనస్సు అస్థిరత

అన్నమయచేతనాంతర్భాగమైన స్థూలమనస్సు నానావిధ బాహ్యావిషయముల వైపునకు పరుగిడునదగుటచే, అస్థిరత దాని స్వభావలక్షణం. అంత మాత్రమున సాధకుడు నిస్పృహచెందవలసిన పనిలేదు. చేతనను అంతర్నిష్ఠ మొనర్చి దైవమునందే దాని నేకాగ్రనిష్ఠం చెయ్యడం ఎల్లరకూ చాల కష్టసహాంశమైన కార్యమే. కావుననే సాధనకు సామాన్యంగా దీర్ఘకాలం కావలసివస్తూవుంటుంది.

అస్థిరతా నిర్మూలన

స్థూలమనస్సువందలి అస్థిరత సాధనకు అత్యావశ్యకమైన నిశ్చలత్వము, దృఢవిశ్వాసము సాధకునిలో ఎడతెగక సంపూర్ణముగా నెలకొననీయకుండా అవరోధించేమాట నిజమే. కాని ఆ నిశ్చలత్వమును సాధింపగోరే నిర్విరామ సంకల్పం నీలో పూరించబడే యెడల, ఆ సంకల్పమే స్థూలమనస్సులోని అస్థిరత నెదుర్కొని క్రమేణ దాని నిర్మూలనకు సహాయకారి అవుతుంది.

సువిశాల యథార్థచేతన బహిర్గతమైనప్పుడు

నీలోవుండే సువిశాల యథార్థ చేతన బహిర్గతమైనప్పుడు, స్థూలమనస్సువందలి క్షుద్రప్రవృత్తులన్నీ అవలీలగా అంతరించి పోతాయి. మనోమయకోశమూ, ప్రాణమయ కోశపు ఊర్ధ్వవిభాగమునూ మొదట తేజశ్శక్తులతో పూరించుకో గలిగినప్పుడు, స్థూలమనస్సును సైతమూ అవి అనంతరం ఆక్రమించి అందలి లోపాలను అవలీలగా చక్కదిద్దగలుగుతాయి.

పట్టుదలతో శాంత్యాదుల అవతరణకై కృషి

ఉన్నత చేతనను అన్నమయ చేతనలోనికి కొనితెచ్చే నిమిత్తమై సాధకుడు అన్నమయ చేతనాంతర్భాగము లోనికి చొచ్చుట సంభవించినప్పుడు, అతని అసమీభూతియందలి తీవ్రత మొదట్లో కొంత సడలడం తరచుగా జరుగుతూ వుంటుంది. ఇతర విభాగముల నుండి త్రోసివేయబడిన పూర్వప్రవృత్తులు తిరిగి అతనిలో పొడసూప మొదలు పెట్టుతాయి. ఈ పరిస్థితికి ఆందోళన చెందక అతడు మరింత పట్టుదలతో ఉన్నత శాంత్యాదుల అవతరణకు కృషి చెయ్యడం అవసరం.

అంతశ్చేతనా నిష్ఠ అత్యంతావశ్యకం

బహిర్ముఖ ప్రవృత్తికై కలిగే తోపిడిని సాధకుడు సదా త్రోసిపుచ్చుతూ వుండడం అవసరం. ఏకాగ్ర సాధన నిష్టనుండి తప్పించుకోవాలని అన్నమయచేతన ఎల్లప్పుడూ చూస్తూ వుంటుంది. పరివర్తనకు బాహ్యా సత్త సిద్ధమయే పర్యంతమూ సాధకుడు అంతశ్చేతన యందే నిష్ఠుడై అంతశ్చేతనా స్థాయినుండి బాహ్యసత్త పరివర్తనకు కృషిచేయ వలసి వుంటుంది.

అన్నమయచేతనా స్థితుడగు మానవుని దౌర్బల్యం

అన్నమయచేతనలో నున్నప్పుడు మానవుడెల్లప్పుడూ దుర్బలుడుగానే వుంటాడు. దానికి అలవాటైన ప్రవృత్తులను తొలగించుకొనడం, ఎదు ర్కొనడం అతనికి దుస్సాధ్యంగానే వుంటుంది. కేవలమానసిక సంక ల్పానికుండే బలం అందుకు చాలదు. ఇట్టి పరిస్థితియందు మిక్కిలి సహాయకారియగు విశేషములో నొకటి హృదయాంతర్గత చైత్యపురుష ప్రాబల్యం.

చైత్యపురుషోన్మీలన ప్రాబల్యముల ఫలితం

శాంతి, సహజ జ్ఞానము చైత్యపురుషునిలో కలవు. చైత్యపురుషోన్మీలన ప్రాబల్యముల ఫలితంగా అవి మనః, ప్రాణ, దేహములకు వ్యాపిస్తాయి. అన్నమయ చేతనా ప్రవృత్తులను ఎదుర్కొనడము, తొలగించుకొనడము మానవునికపుడు మిగుల సుకరమౌతుంది.

శరీర వ్యాధుల నిర్మూలన

అన్నమయచేతనా ప్రాప్తములైన అస్థిరత్వాదులు ఒక్కొక్కప్పుడు స్థూల మనస్సును, ఒక్కొక్కప్పుడు నాడీ మండలమును, ఒక్కొక్కప్పుడు వ్యాధి రూపములో స్థూలదేహమును ఆక్రమించడం కద్దు. చైత్యపురుషుని నుండి శాంత్యాదులు సాధకుని నాడీమండలములోనికీ, స్థూల శరీర జీవకణములలోనికీ వ్యాపించినప్పుడు, కడుపునొప్పి, దృష్టిమాంద్యం మొదలైన వ్యాధులు సైతం తొలగి పోగలవు.

అంతశ్చేతనా జాగృతి

అంతశ్చేతన నిరంతరమూ మేల్కొని వుండడం కూడా అన్నమయచేతనా ప్రవృత్తులను తొలగించుకొనుటకు మిక్కిలి సహాయకారియే. కాని, అంతశ్చేతన అలా నిత్యమూ మేల్కొని వుండేటట్లు చేయాలంటే ధ్యానైకాగ్రతలేని సాధారణ పరిస్థితి యందు కూడా బహిరంతశ్చేతనల మధ్య నుండే తెర తొలగిపోయే రీతిగా నీవు లోతుకు పోవడం అత్యంతావశ్యకం.

అంతరంగికానుభూతుల అచ్ఛాదన

అన్నమయచేతనలోని పెద్దచిక్కు బహిర్ముఖత్వం. సాధకుని అంతరంగికానుభూతిని యిది మరుగుపరుస్తూ వుంటుంది. తనలోపల ఏమి జరుగుతూ వున్నదో అతడు తెలుసుకోలేక పోతాడు. ఏమీ జరగడం లేదనే భ్రమకూడా కలుగుతుంది. ఈ పరిస్థితి ఏర్పడినప్పుడు అన్నమయచేతనా విభాగమేదో పైకివచ్చినదని అర్థం. దీనిని చక్కదిద్దుకో గలిగినప్పుడు అంతరంగికానుభూతులు తిరిగి ద్యోతకం కావడం మొదలుపెట్టుతాయి.

దృఢమైన పునాది

అన్నమయసత్తను సమగ్రంగా ఉన్మీలన మొనర్చుకొని దివ్యజనని శక్తి నీలో పనిచేస్తూ వున్నదనెడి భావముతో స్థిరత, బలిమి, విశుద్ధత, ఉల్లాసము అన్నమయసత్తలోనికి దిగివచ్చి అచట కుదురుకునేటట్లు చేసుకో. ఈశ్వర కార్యమునకు సంపూర్ణోపకరణముగా నీవు రూపొందించగలిగేది ఇట్టిదృఢమైన పునాది నీలోఏర్పడిన మీదటనే.

సాధించవలసిన మహత్కార్యం

స్థిరత, బలిమి, విశుద్ధత, ఉల్లాసము అన్నమయసత్తలో కుదురుకొన్న మీదట ఈశ్వరదివ్యోపకరణంగా నీ సత్తను రూపాంతరం చెందించుకో వలసిన మహత్కార్యసాధన జరుగవలసి వుంటుంది. అతిమానస విజ్ఞాన తేజశ్శక్తులకంతకంతకు దగ్గరగా నుండెడి ఉన్నత చేతనాశక్తుల అవతరణ ద్వారముననే ఇయ్యది సాధ్యం.

చైత్యపురుషుని అనుసంధాన కృత్యం

అతిమానస విజ్ఞానతేజశ్శక్తుల సమీపవర్తులగు ఉన్నత చేతనాశక్తుల అవతరణకు అన్నమయ సత్తలో స్థిరత్వాదుల పునాది ఏర్పడడంతోపాటు, హృదయాంతర్గతుడగు చైత్యపురుషుడు ముందుకువచ్చి ఈశ్వరదివ్యోపకరణములుగా మారవలసియున్న మనః ప్రాణ, దేహములకూ, ఆధ్యాత్మికములైన ఊర్ధ్వ భూమికలకూ అనుసంధాతగా వర్తింపవలసిన అవసరం వున్నది.

అవచేతనలో దాగిన కామవాసన

స్త్రీవాంఛారూపమైన కామవాసన అవచేతనలో దాగివుంది అది జాగ్రత మైనప్పుడు పైకి పొటమరించి సాధకునికి విక్షేపం కలిగింపజూస్తూ వుంటుంది. సాధకుని జాగ్రదవస్థలో అది వ్యక్తం కాజాలకపోయినప్పుడు స్వప్నావస్థలో వ్యక్తంకావడం సంభవిస్తుంది. సాధకునిమనస్సు దానివలన విక్షిప్తం కారాదు.

అన్నప్రాణమయ ప్రకృతుల ప్రతిఘటన లక్షణాలు

మాంద్యం, అస్వస్థత, దుర్బలత్వం, నీరసభావం, — ఇవి దివ్యతేజస్సును అన్నమయప్రకృతి ప్రతిఘటించేటప్పుడు పొడసూపే లక్షణాలు. అహం కారికమైన ఆత్మగౌరవప్రవృత్తి, స్వాతిశయభావం, ఇవి ప్రాణమయ ప్రకృతియందలి ప్రతిఘటన లక్షణాలు. సాధకుడు వీనిలో ఏ ఒకదానికీ లోను గారాదు.

నిద్రాళుత్వం

అన్నమయప్రకృతిని పరివర్తనం చెందించడానికై సాధకుడు క్రిందికిదిగడం సంభవించినప్పుడు మందకొడితనం, నిద్రపోవాలనిపించడం, బద్ధకం, దీర్ఘకాలం ఆధ్యాత్మికసాధన చెయ్యలేకపోవడం మొదలైన లక్షణాలు ఎక్కువవుతాయి.అన్నమయకోశంలో సాధన ఒత్తిడి ఎక్కువయినప్పుడూ అంతర్ముఖత్వమున సాధకుడు లోనికేగేటప్పుడు ఈ ధోరణి తాత్కాలికంగా హెచ్చుతుంది. శరీరానికి ఎక్కువ విశ్రాంతి కావలసి వుండడం వలనగానీ, అంతర్ముఖత్వాన్ని నిద్రగా మార్చుకొనే లక్షణం వలనగాని ఇది సంభవిస్తూ వుంటుంది.

శరీరజీవాణువులలో శాంతి స్థిరతలు

తాత్కాలికంగా పొడచూపిన నిద్రాణత్వానికి కలతచెందక సాధకుడు తన సాధనను కొనసాగిస్తూవుంటే కొంతకాలానికి ఇది దానంతటదే చక్కబడు తుంది. అన్నమయకోశపు జీవాణువులయందు శాంతి, స్థిరత నిండు కుంటాయి. నిర్విరామంగా కర్మలు చేసేటప్పుడు కూడా సాధకుడు విశ్రాంతి ననుభవిస్తాడు. మందకొడితనం శరీరప్రకృతినుండి తొలగిపోతుంది.

మందకొడితనం రాత్రులందు హెచ్చు

నిద్రలో అవచేతనకు విశేషప్రాబల్యం వుండే హేతువువలన, మందకొడి తనం రాత్రులందు హెచ్చుగా వుండడం సహజం. అది ఏమైనప్పటికీ, మందకొడితనాన్ని అంతరంగికంగా త్రోసిపుచ్చడం సాధకుడు నేర్చుకో వాలి. శరీరజీవాణువులయందు అచంచలత్వ, అచలత్వానుభూతి మంద కొడితనం కానేరదు.

అచల బ్రహ్మానుభూతి

అన్నమయచేతనలోకి శాంతిప్రవాహం పొర్లుకొని రావడం సంభవించి నప్పుడు, సాధకుడు ఒకవిధంగా అచల, నిర్గుణబ్రహ్మానుభూతిని పొందు తాడు. ఈశోపనిషత్తులో చెప్పబడిన "తదేజతి, తన్నైజతి" — "అది కదలును, కదలదు" అని వర్ణించదగిన అనుభూతి అది.

శరీరవ్యాయామ ప్రయోజనం

తమస్సును త్రోసిపుచ్చడానికి శరీరవ్యాయామం మిక్కిలి అవసరమనే మాట నిజమే. తమస్సును కూకటి వ్రేళ్ళతో పెళ్ళగించివేయడం దివ్యాన తరణ, పరివర్తనముల వలన మాత్రమే సాధ్యం. అయినా శరీరమున తామసికత ప్రబలకుండా నివారించడానికి శరీరవ్యాయామం సహాయకారియే.

ఆహార లాలస వర్జనీయం

ఆహారమునందు లాలస, దానికొరకై ఆతురత, జీవితములో దానికి అమిత ప్రాధాన్యమివ్వడం ఇవి యోగసాధన కనుగుణమైన ప్రవృత్తులుకావు. ఏపదార్థమైనా జిహ్వకు రుచిగా, ఆహ్లాదజనకంగా వున్నదని తెలుసు కొనడం తప్పుకాదు. దానియందాసక్తుడు కావడం, దానికొరకై వెంపర లాడడం, అది లభిస్తే ఉల్లసిల్లి లభించకపోతే ఖిన్నుడు కావడం, ఈ ధోరణులు మాత్రం బొత్తిగా కూడవు.

సమత్వదృష్టి అవసరం

ఆహారం రుచికరంగా లేకపోయినా సమృద్ధిగా లభించకపోయినా కలత చెందక సమత్వదృష్టితో నుండడం సాధకు డలవరచుకోవాలి. అవసరమై నంత మేరకే తినాలి. ఎక్కువా తినగూడదు, తక్కువా తినగూడదు. తినే విషయమున ఆతురత, ఏవగింపు రెండూ వర్జనీయములే.

ఆహారానికి జీవితంలో మారుమూల స్థానం

ఆహారాన్నిగురించే ఎల్లప్పుడూ ఆలోచిస్తూ మనస్సును కలతపెట్టుకోడం ఆహారవాంఛను పోగొట్టుకోడానికి ఎంతమాత్రమూ సహాయకారి కానేరదు. జీవితంలో దానికి స్థానం ఒకమారుమూలగా నుండవలసినదే. నీ ఏకాగ్రత ఆహారంపైనగాక ఇతరవిషయాలపై నుండడం అలవాటు చేసుకో.

ఆహారం తీసుకొనేది శరీరధారణ కొరకే

ఆహారం గురించిన వ్యాకులపాటు నీమనస్సులో తలయెత్తనీయకు. ఎక్కువకాకుండా, తక్కువకాకుండా, తగినప్రమాణంలో రాగద్వేష రహితుడవై ఆరగించు. శరీరధారణకు సాధనగా దివ్యజనని యొసగినదిగ పరిగణిస్తూ నీలోని దైవమునకు దానిని నివేదించి భుజించే యెడల అది నీలో తమస్సును జనింపజేయ జాలదు.

యుక్తాహార ప్రయోజనం

శరీరోపకరణమును సరియైన పద్ధతిలో నుంచుటకు సాధనముగా మాత్రమే ఆహారమును పరిగణిస్తూ తగినంతగా భుజించి, ఇక దానిని గురించి ఆలోచించడం విరమించు. అమితంగా తినగూడదు. మరీ తగ్గించనూ గూడదు. అమితభోజనం లాలసకు నిదర్శనమేకాక శరీరమున తమస్సు పెంచి ఆధ్యాత్మికసాధనలో ఏకాగ్రతను భంగపరుస్తుంది. శరీరానికి చాలి నంత ఆహారమివ్వకపోతే ఇక దాని తలపోత ఆహారం మీదికే పరుగిడుతూ వుంటుంది.

పొందికగల భోజనం

శరీర అవసరానికీ, తినే ఆహారానికీ సరియైన పొందిక సాధించడంలో సాధకుడు కృతకృత్యుడు కావడం అవసరం. ఏలనంటే, అవసరాన్ని మించి ఎక్కువగా తిన్నప్పుడు శరీరం బరువెక్కి తమస్సు పెరుగుతుంది. అవసరానికి తగినట్లుగాక చాలతగ్గించి తింటే నరాల బలహీనత ఏర్పడి శరీరం దుర్బలమౌతుంది.

వ్యాయామము - ఆహారము

వ్యాయామం వలన అదనంగా వ్యయమైన శక్తిని తిరిగి పూరించుకోడానికి శరీరం ఎక్కువ ఆహారాన్ని కోరుతుంది గనుక వ్యాయామం ఆకలిని పెంచుతుందని సర్వసాధారణంగా తలంచ బడుతున్నది. శరీరపరిశ్రమ పెరిగిన కొలదీ శరీరానికి ఎక్కువ ఆహారం కావాలి. మానసిక పరిశ్రమకు ఆ విధంగా ఎక్కువ ఆహారం అవసరంలేదని శాస్త్రీయ ప్రయోగముల వలన కనుగొన బడింది.

ఆహారవాంఛను జయించే ఉపాయం

ఆహారవాంఛను జయించడానికి రెండే మార్గాలు. ఒకటి, ఆహారం శరీరావసరంగా మాత్రమే పరిగణించి జఠరతృప్తికి, రసనేంద్రియతృప్తికి ప్రాధాన్యమివ్వక పోవడం. రెండవది, ఫలానిది కావాలని కోరక ఏది లభిస్తే అది భుజిస్తూ ఇతరులు దానిని మంచిదన్నా చెడ్డదన్నా అందులో ప్రత్యేకాహారరసాస్వాదనము గాక విశ్వజనీన దివ్యానందసమరసాస్వాదనముచేయ నేర్చుకోడం.

నిస్స్వత్వ సాధన

సాధకుడు నిస్స్వత్వ సాధనను, అనగా తనదనేది ఏమీ లేదని భావించే సాధనను సరియైన దృష్టితో చేయ నేర్చుకోవాలి. అంతా ఈశ్వరునిదిగా తలపోస్తూ ఏక్షణమందైనా ఈశ్వరునికి సమస్తమూ సమర్పించ సిద్ధంగా వుండడం యిందుకు అవసరం. అంతేతప్ప తగిన కారణం లేకుండా బాహ్యవస్తుసంచయమునంతనూ వదలివేయడములో అర్థంలేదు.

ఆకలిని అణచివేయడం మంచిది కాదు

ఆకలిని అణచివేయడం మంచిది కాదు. అది తరచుగా కొన్ని రుగ్మతలకు కారణమవుతుంది. శరీరస్థూలత్వంగాని కార్శ్యత్వంగాని తినే తిండి పరిమాణంపై ఆధారపడదు. బాగాతిని సన్నగా వుండేవాళ్ళున్నారు. ఒక్కపూటే తిని లావుగా ఉన్నవాళ్ళూ వున్నారు. శరీరావసరంకంటే తగ్గించి తిననందువలన మనిషి చిక్కవచ్చుగాని అది ఆరోగ్య లక్షణం కాదు. స్థూలత్వ, కార్శ్యత్వాలు సాధారణంగా కొన్ని శరీరగ్రంధులవలన కలుగుతవని వైద్యులు చెప్తారు.

కాలేయపు జబ్బులు

తిండి తగ్గించడం కాలేయపు జబ్బులను నయం చేయడానికి ఉపకరించదు. పైపెచ్చు అందువలన కాలేయంలో మాంద్యం ఏర్పడి అది మరింత మందకొడిగా పనిచేయవచ్చుగూడ. క్రొవ్వుపదార్థాలు, మధురపదార్థాలు పరిహరించడం ఉపయోగకరం. తిండితగ్గింపు జీర్ణకోశానికీ, ప్రేవులకు సంబంధించిన కొన్ని జబ్బులలో ఉపయోగకరం కావచ్చు. కాని కాలేయపు జబ్బులలో కాదు.

వెనుక జరిగిన లోపానికి పరిహారం

తినాలనే కోర్కెను బలవంతాన అణచివేయడం జరిగినప్పుడు, అటు తరువాత మామూలుకంటే ఎక్కువగా తినాలనే తొందరతోపాటు అవసరము కూడా కలుగుతూ వుంటుంది. వెనుక జరిగిన లోపానికి పరిహారం శరీరం కోరుతున్నదా అన్నట్లుగా చెలరేగుతుంది యీ ప్రవృత్తి.

ఉపవాస ఫలితాలు

మనస్సు, నరాలు ధృఢంగా ఉన్నప్పుడు గాని, సంకల్పశక్తి బలంగా వున్నప్పుడు గాని, ఉపవాసం చెయ్యడం వలన తాత్కాలికంగా శక్తి పూరితమగు అంతరంగికస్థితి యేర్పడి మనస్సుకది ఆకర్షణీయమై తోచ వచ్చు. ఆకలి, బలహీనత మొదలైనవి ఏమాత్రమూ తలయెత్తకయే పోవచ్చు. కాని, శరీరం శుష్కించడం జరుగుతుంది. నాడీమండలం భరించగలిగిన దానికంటెహెచ్చుగా లోపలికి ప్రాణశక్తి ప్రవాహం రావడం వలన, ప్రాణకోశమున హైరాణతోకూడిన అస్వాస్థ్యస్థితి అవలీలగా పెంపొంద వచ్చును.

నరాలబలహీనత గలవారి ఉపవాసం

నరాలబలహీనత గలవారు ఉపవాసం చేయరాదు. అది వారిలో తరచుగా భ్రాంతులను పుట్టించి స్వాస్థ్యం కోల్పోయేటట్లు చేస్తుంది. ముఖ్యంగా నిరశనదీక్షగా అవలంబించేటప్పుడు ఉపవాసం మరీ ప్రమాదకరం. ఏల నంటే అది ప్రాణకోశ సంబంధమైన ఒకానొక వృత్తిలౌల్యమైనందున సాధనకు భంగకరమగు అలవాటుగా పరిణమిస్తుంది.

ఉన్నతస్థాయికి చెందిన శక్తి సంపాదనోపాయం

ఉపవాసం వలన ఆగంతుకంగా కలిగే విపరీత ఫలితాలొకవేళ నివారించుకోగలిగినా, చెప్పుకోదగిన ప్రయోజనమేదీ ఉపవాసం వలన ఉండనేరదు. ఏలనంటే ఉన్నతస్థాయికి చెందిన శక్తివిలసనము, గ్రహణసామర్థ్యము తీవ్రమైన చేతనావిస్ఫూర్తితోనూ, సుదృఢమైన సంకల్ప బలంతోనూ సంపాదించ వలసినవి గాని కృతకము, భౌతికమునైన ఉపాయములతో కాదు.

ఆహారం శరీరానికి ఆవశ్యకం

ఆహారం మానవలసిందనే సూచనకు తలయొగ్గడం మంచిది కాదు. ఆహారమక్కరలేదనెడి భావం మనస్సును కైవసమొనర్చుకొంటే చిక్కున్నది. అట్టి పరిణామం రావడం సులభమే. ఏలనంటే అంతస్సత్తకు ఆహారమక్కర లేదు. కాని ఆ అక్కరలేనితనాన్ని కొన్ని అంతరంగికశక్తులు శరీరానికి గూడ విస్తరింప జేయవచ్చు. ఆహారంతో పనిలేని సుఖస్థితి శరీరానికి లేదు.

ఏకాగ్రతాభంగానికి ముఖ్యకారణం

ఆహారం తీసుకొనేటప్పుడూ, అటుతరువాత కూడా నీలో ఏకాగ్రతా శాంతి నిలిచేటట్లుగా వాటిని తీవ్రరూపమున వృద్ధిచెందించుకో. ఆహారం గైకొనడం వలన కాదు ఏకాగ్రతా, శాంతి భగ్నమయ్యేది. అంతశ్చేతన నుండి బాహ్యచేతనలోనికి రావడం వలన భగ్నమవుతాయి. భుజించేటప్పుడు ఇది నివారించడం కొంచెం కష్టమే అయినా క్రమేణా దానిని సాధించవచ్చు.

ఆహారం మనః ప్రాణకోశములకు కాదు

ఆహారం కావలసినది మనఃప్రాణకోశములకు కాదు, అన్న కోశానికి. మనఃప్రాణకోశముల పటుత్వం ఆహారంపై ఆధారపడి లేదు. తగిన ఆహారం లేనప్పుడు అన్నకోశం మాత్రమే కొంతకాలమైనపిమ్మట విపరీత శ్రమకు లోనౌతుంది.

భౌతిక శరీర పరివర్తనం కట్టకడపటిది

పూర్ణయోగసాధనయందు లక్షించబడే పరివర్తనం కడు విస్తృతము, సంకీర్ణము నైనట్టిది. అది ఒక్కమాటుగా లభ్యమయ్యేది కాదు. దశలవారీగా దానిని సాధించవలసి వుంటుంది. భౌతికశరీరపరివర్తనం వీటిలో కట్టకడపటిది. దీనికిగూడా పెక్కు అంతర్దశలున్నవి.

పూర్ణయోగ పరివర్తనము, భౌతికసాధనలు

అంతరపరివర్తనం భౌతిక సాధనలచే సాధించబడేది కాదు. భౌతిక శరీరపరివర్తనము పైతమూ శరీరంలోని జీవాణువులలోనికి అతిమానస చేతనావతరణం వలన సాధ్యంకావలసినదే. అంతవరకూ శరీరం ఆహారమూ, నిద్ర మొదలైన మామూలు సాధనలచే కొంతవరకు పోషింపబడుతూ వుండవలసినదే.

పూర్ణయోగంలో ఆహారనిద్రల స్థానం

సరియైన భావంతోనూ, దృష్టితోనూ ఆహారం తీసుకోవాలి. నిద్రను క్రమేణా యోగవిశ్రాంతిలోనికి మార్పు చెందించాలి. తీవ్రమైన శారీరక

తపశ్చర్యల వలన ఆధారంలో పెక్కు ఒడుదొడుకులేర్పడవచ్చు. మనః ప్రాణకోశములోనికి గొప్ప శక్తిప్రవాహం పొర్లుకొనిరావడంవలన దానిని తట్టుకొనలేక శరీరము, నాడీమండలము దుర్బలము కావచ్చు.

దీర్ఘ శుష్కోపవాసాలు కూడవు

అప్పుడప్పుడు ఒకరోజో, రెండురోజులో ఉపవసించడం వలన గాని, తగ్గించి తగినప్రమాణంలో ఆహారం తీసుకోవడం వలనగాని ప్రమాదం లేదు. దీర్ఘకాలం పూర్తిగా ఆహారం తీసుకొనకపోవడం మాత్రం ప్రమాదకరమే.

సాత్వికాహారము ఆధ్యాత్మికత

ఆధ్యాత్మికదృష్ట్యా సాత్వికాహార ప్రాముఖ్యం కొంత అతిశయోక్తికి గురియైనదనే చెప్పవచ్చు. ఆహారం ముఖ్యంగా ఆరోగ్యానికి సంబంధించినది. ఆహారం విషయంలో ప్రాచీన మతములందు కానవచ్చే విధి నిషేధాలకు ఆధ్యాత్మికదృష్టి ప్రాధాన్యంకంటె ఆరోగ్యసూత్ర ప్రాధాన్యం హెచ్చు.

గీతా నిర్వచనములు

ఆహార భేదముల విషయంలో గీతానిర్వచనములు ఆరోగ్యసూత్రప్రాధాన్యమునే సూచిస్తున్నట్లు కనిపిస్తున్నది. ఎక్కువగా నిల్వవుండినవి, పాసిపోయినవి, సారముకోల్పోయినవి, తామసికములు, మిక్కిలి కారము, ఘాటుమొదలైన లక్షణాలతో రక్తమును ఉడుకెత్తించి ఆరోగ్యమును పాడు

చేసేవి రాజసికములు. ఆయుస్సత్త, బలారోగ్యసుఖ, ప్రీతివివర్ధకములు సాత్వికములు.

ఆహారపదార్థాల గుణభేద నిర్ణయం

ఆరోగ్యానారోగ్యదాయకములగుట అటుంచి వివిధాహారములు వివిధ గుణముల పోషించి పరోక్షంగా ఉపకారములో అపకారములో కావచ్చు ననే మాట నిజమే. కాని యీవిషయం నమ్మకంగా మనమెంతవరకు సాగ గలమనేదానిపై ఆధారపడి వున్నది. ఏపదార్థములు సాత్వికములు, ఏవి కావు అనేది నిర్ణయించడం చాలకష్టం.

ఆహారపదార్థాల ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం

ఆహారపదార్థాల ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం ఆ పదార్థాలలో స్వతస్సిద్ధంగా వుండే విశేషంపైకంటె వాటిననుసరించివచ్చేనిగూఢ వాతావరణం పైన, ప్రభావంపైన విశేషంగా ఆధారపడి వుంటుంది. శాకాహారమనేది ఉద్భిజ్జములకంటె అధికతరచైతన్యంతోనొప్పారెడి ప్రాణివిశేషములను ఉదరతృప్తికోసమై హింసింపరాదనెడి సంకల్పముతో రూపొందినట్టిది.

ఆహారపదార్థాల సమరసాస్వాదన

అన్నిరకముల ఆహారపదార్థములను సమరసంతో స్వీకరించే అభ్యాసం చెయ్యవలసిన అవసరంలేదు. అది అలా అభ్యాసంచేత పట్టుపడేదీ కాదు. సమత్వం అంతరమున చేతనయందు కూర్చుకోవలసినట్టిది. ఆపైన అది వృద్ధిపొందినకొలదీ దానిని విస్తరింపచేసి వివిధ చైతన్యవృత్తిక్షేత్రములకు వర్తింపచెయ్యడం సాధ్యమవుతుంది.

రుచిని అణచివేయనక్కర లేదు

రుచిని పూర్తిగా అణచివేయడం పూర్ణయోగంలో అంతర్భాగం కాదు. సంగము లేకున్నట్లయితే రుచి అనేది బంధకము కాదు. రసనేంద్రియ మునకు బానిసకానంతవరకూ సాధకుడు రుచిని అనుభవించడంలో తప్పు లేదు. కంటితో చూడడం, చెవితో వినడం వంటిదే నాలుకతో రుచి తెలుసుకోవడం కూడా.

రుచిని నిరోధించే స్థితి

చైతన్యాని వలె రుచిని గ్రహింపనిస్థితిని పొందడం సాధ్యమే. చేతన సంస్థితియే అట్టి అనుభవానికి కారణం. వశీకరణతంత్రప్రయోగములందు తీపిని చేదుగాను, చేదును తీపిగాను తోచేటట్లు చేయడమున్నది. ఆహారము నందలి గుణమునకూ, జిహ్వయందలి చేతనకూ సామాన్యతః స్థిర సంబంధమే కలదు. కాని కావాలనుకొంటే చేతన దానిని మార్చనూగలదు, నిరోధించనూ గలదు.

నిషావస్తుసేవనపు అభ్యాస నిర్మూలన

ఒకపూర్వాభ్యాసం నరములకు మిక్కిలి హానికలిగించేదైనా లెక్కచేయక దాని అవసరాన్ని మరల కృతకంగా కల్పనచెయ్యడం మనలోని అవచేతనా (సబ్‌కాన్షస్) విభాగపు లక్షణం. మద్యము, పొగాకు మొదలైన నిషా వస్తువుల అభ్యాసం యిటువంటిదే. సంకల్పబలంతో యీ అవచేతనా లక్షణాన్ని ఎదుర్కొని నిర్మూలించవలసి వుంటుంది.

కనీసం ఏడుగంటల నిద్ర అవసరం

తగిన నిద్ర నీకు లేకపోతే నీ శరీరము, ప్రాణకోశము కూడా దుర్బలమవుతాయి. కనీసం ఏడుగంటల నిద్ర కావలసి వుంటుంది. నాడీమండలం బలమైనదైతే దానిని ఆరుగంటలకు తగ్గించవచ్చును. ఒక్కొక్కప్పుడు అయిదు గంటలకు సైతం తగ్గించవచ్చుగాని అవసరం లేనిదే ప్రయత్నం చెయ్యరాదు.

క్రిందికి దిగజార్చడం నిద్రాస్వభావం

నిద్రకు ఆధారస్థానం అవచేతన అయినందునే సాధారణంగా అది నిన్ను క్రిందిస్థాయికి దిగజార్చుతుంది. ఎరుకతో కూడిన నిద్ర అయితే యిలా జరగదు. కనుక నీనిద్ర అంతకంతకు ఎరుకతోకూడినదయ్యేటట్లు చేసుకోవడం అవసరం. అది కుదిరేవరకు యీదిగజారుడును ప్రతిఘటించే ప్రయత్నం మెలకువతో నీవుచేస్తూ వుండాలి.

ఎరుకతోకూడిన నిద్రాసాధన

నిద్రను ఎరుకతో కూడినదిగ పరివర్తనం చెందించవలెనేగాని అణచివేయరాదు. అణచివేయబూని రాత్రిళ్ళు మేల్కొన యత్నిస్తే శరీరం తామసికమై జాగ్రదవస్థయందు సరియగు ఏకాగ్రతాసాధనకు అనర్హమవుతుంది. నిద్ర ఎరుకతోకూడిన దయినప్పుడు సాధన నిద్రలో సైతం కొనసాగి ఇతరభూమికలలోనికి ప్రవేశంకూడా సుసాధ్య మవుతుంది.

చక్కని విశ్రాంతి తమస్సుకాదు

తగిన విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి శ్రద్ధవహించు. అలసట పట్టుదలను సడలించి తమస్సును పెంపొందించవచ్చు. చక్కని విశ్రాంతితీసుకోవడం తమస్సు కానేరదు. శారీరకశక్తి సామర్థ్యాలను కాపాడుకొనే నిమిత్తం సమ్యగ్దృష్టితో విశ్రాంతి గైకొనడం సాధ్యమే. హఠయోగాభ్యాసపరుల శవాసనం ఇటువంటి విశ్రాంతినే యిస్తుంది.

ప్రాణభూమికలోని అనుభూతుల లక్షణం

సాధనారంభదశలో చాలమందికి ప్రాణమయభూమికకు సంబంధించిన అనుభూతులు కలుగుతాయి. భావనకు, ఊహకు వీటియందు ప్రాబల్యమెక్కువ. చేతన ఉన్మీలనం చెందడానికి ఈ అనుభూతులు సహాయకారులే. కాని అంతరమున చైత్యపురుషచేతన ఊర్ధ్వమున ఆధ్యాత్మిక చేతన ఉన్మీలితమైనప్పుడే సాధకునిలో నిక్కమైన అభివృద్ధి ప్రారంభమవుతుంది.

అవచేతన పైకివచ్చే సమయం

రాత్రులందు ఎరుకను సడలనీకుండ సాధనచెయ్యడం చాలమందికి కష్టసాధ్యమే. ఏలనంటే, అది నిద్రవేళ. అవచేతన పైకివచ్చేసమయం. యథార్థచేతన తొలుత జాగ్రదవస్థలో ధ్యానమందావిర్భవించి జాగ్రత్‌స్థితిలోని మనః, ప్రాణ, అన్నమయ చేతనలను కైవసమొనర్చుకొంటుంది. అన్నమయచేతనయందలి అన్నప్రాణమయచేతనలు తమస్సులోనే మునిగివుండడంచేత నిద్రలో ఆతమస్సే పైకి పొటమరిస్తుంది.

అవచేతనపుతమస్సు అంతరించే స్థితి

జాగ్రదవస్థయందు జాగ్రత్స్థితిలోని మనః, ప్రాణ, అన్నమయచేతనలను కైవసమొనర్చుకొనిన యథార్థచేతన, అవచేతననుసైతం భేదించి దానికి వెలుగు ప్రసాదించినప్పుడు, అవచేతనయందలి తమస్సుకూడ పటాపంచ లవుతుంది. అపుడు జాగ్రచ్చేతనానుభూతులకూ, అవచేతనానుభూతులకూ పూర్వముండిన వ్యత్యాసమిక వుండనేరదు.

నిద్రలోకూడ సాధన కొనసాగవలెనంటే

మెలకువలోవలెనే నిద్రలోకూడ సాధన కొనసాగడానికి వీలున్నది. ఇది క్రమేణా కుదురుతుందికాని ఒక్కసారిగా కుదరదు. కాని యిది నీకు కుదరవలెనంటే మెలకువలో ఎరుకతో సమాధిస్థితిని పొందేశక్తి నీలో మొదట పెంపొందాలి.

పగటినుండి రాత్రికి సాధనవిస్తరింపు

సాధన బాగుగపగలెల్ల కొనసాగినప్పుడే సాధారణంగా అది రాత్రులందు నిద్రలోనికికూడా విస్తరిస్తుంది. సాధనలో పూర్ణనిమగ్నత కుదిరిననాడు మెలకువ వలెనే నిద్రకూడా సాధనలో అంతర్భాగమే అవుతుంది. మెల కువలోవలెవే నిద్రలోకూడ నీఇచ్ఛాశక్తి ఎరుకతో నీయందు పనిచేయ వలసి వుంటుంది.

సమాధికి ప్రారంభదశ

చేతన బహిర్విషయపరాఙ్ముఖమై అంతర్ముఖమగుచు అంతరములోనికి

చొచ్చినపుడు ఆస్థితిని అరనిద్రయనిగాని, పావునిద్రయనిగాని, పరకనిద్రయనిగాని పిలుచుటకు వీలులేదు. బహిర్విషయస్ఫురణ ఏ మాత్రమూ లేక అంతర్విషయానుభూతికి ఉన్మీలితమయ్యే ఆ స్థితి సమాధికి ప్రారంభ దశ అనవలసివుంటుంది.

అంతస్సత్తలోనికి ప్రవేశావశ్యకత

మానవుని మనస్సు బహిర్విషయములవైపుకే అతిగా తిరిగివున్నందున అంతరములోనికి చొచ్చుట అనునది చాల అవసరమే. అంతస్సత్తయందు (అనగా అంతరమునందలి అన్న, ప్రాణ, మనోమయ సత్తలయందు, అంతరాంతరమైన చైత్యపురుషసత్తయందు) నివసింప గలుగుటకై పూర్తిగా అంతరములోనికి బహిర్వషయస్ఫురణ లేకుండ చొచ్చుట అత్యావశ్యకమే అగుచున్నది.

జాగ్రదవస్థయందే అంతశ్చేతనానుభూతులు

అంతస్సత్తయందు నివసించుచునే బహిర్విషయస్ఫురణ కలిగివుండే స్థితి సాధనలో కొంత శిక్షణ తరువాత అలవడుతుంది. సాధకుడపుడు తన యిచ్ఛానుసారంగా బహిరంతర ప్రవృత్తులయందు వ్యవహరించ గలుగుతాడు. దట్టమైన అచలస్థితిలోనికి పొర్లుకొనివచ్చు ఘనతరవిశుద్ధచేతనా ప్రవాహగతిని జాగ్రదవస్థలోనే అనుభవించగల ప్రజ్ఞ అతనికి అలవడుతుంది.

భౌతికచేతోన్మీలనం సరిగా జరగనప్పుడు

ఒక్కొక్కప్పుడు నిద్రలో అనుభూతమైన చేతనోన్మీలనం జాగ్రత్స్థితిలో అనుభూతం కాకపోవచ్చును. భౌతికచేతన తగినంతగా ఉన్మీలితంకాక పోవడంచేత ఈ పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. నిద్రలో అంతశ్చేతనా ప్రవృత్తులచే మనః ప్రాణములు ప్రభావితంకాగా మెలకువలో భౌతిక చేతన ఇంకనూ నిద్రాణంగానే వుండే సందర్భమిది.

నిద్రలో తేజోమయనీరవతానుభూతి

నిద్రలో తేజోమయమైన నిశ్చలనీరవతాస్థితిగాని, అనంతస్థితిగాని ఉత్తమానుభూతులే. ఇట్టి స్థితులు ద్యోతకంకాని యితర వేళలలో ఏమీ తెలియనిస్థితి గూడ ఏర్పడుతూ వుండవచ్చును. కాని, ఆస్థితియందేమి జరిగినదో సాధకునకు మరపునబడుటగూడ జరుగవచ్చు. జాగ్రత్స్థితికి మరలివచ్చేటప్పుడు సాధరణంగా చేతనయందొకవిధమైన విపర్యాసం కలుగడమే యీ మరపునకు కారణం.

అవచేతనలోనికి కూరుకుపోయే నిద్ర

నిద్రలో అవచేతనలోనికి మందకొడితనంగా కూరుకొనిపోవడం మాత్రం మంచిదికాదు. క్రిందికి దిగజారే తమోమయస్థితి అది. సర్వమూ మరపున బడే శూన్యప్రాయమైన పరిస్థితి ఇక్కడ కూడా ఏర్పడుతుంది. ఇట్టి నిద్రలో తరచుగా విశ్రాంతికంటె బడలికయే హెచ్చుగా వుంటుంది.

నిద్రలో విశ్రాంతి స్థావాలు

నిద్రపోయేటప్పుడు చైతన్యపు లోలోతులలోనికి వరుసగా చొచ్చుకొనిపోతూ తుదకు చైత్యపురుషస్థానంచేరి అచట విశ్రాంతిపొందడం ఒకమార్గం. చైతన్యపు పైపై అంతస్తులతిక్రమిస్తూ చివరకు నీరవమైన యొక శాంతి స్థానానికి చేరడం మరొకమార్గం. ఏ కొలది నిమిషాలసేపో ఇట్టివిశ్రాంతి స్థానంలో గడపగలిగిన నిద్రయే సరియైన నిద్ర. నీలో మరల శక్తిని పూరించగల నిద్ర. ఈ విశ్రాంతిస్థానాలకు చేరబోయేముందు చక్కని కలలు వస్తాయి.

బ్రహ్మలోకమున సుషుప్తి

నిద్రలో పూర్ణవిశ్రాంతిననుభవించేది సుమారొక పదినిమిషాలకాలమేననీ, తక్కినదంతా దానికి ముందువెనుకలలో వివిధదశలయందు పరిభ్రమణ మేననీ ఇటీవలి వైద్యశాస్త్ర సిద్ధాంత మొకటి చాటుతున్నది. ఆ పది నిమిషాలూ బ్రహ్మమునందు (బ్రహ్మలోకమునందు) సుషుప్తియనీ తక్కినది ఇతరలోక (చైతన్యస్థితుల) సంచారమనీ చెప్పవచ్చు. శక్తి పూరకమైనది యీపదినిమిషాల కాలమే.

అవచేతనలో నిమగ్నత గాఢనిద్రకాదు

బాహ్యచేతన అవచేతనయందు నిమగ్నం కావడాన్నే గాఢనిద్రయని లోకం భ్రమిస్తూ వుంటుంది. దాని దృష్టిలో అది కలలులేని నిద్ర. కాని వాస్తవ మునకు దానియందు కూడా కలలుంటాయి. వాటిని గుర్తించి బాహ్య మనస్సుకు అందజేసెడి పరికరం మాత్రం మృగ్యమై వుంటుంది.

దీర్ఘకాల అవిచ్ఛిన్న నిద్రావశ్యకత

నిద్రలో పూర్ణమైన విశ్రాంతి ఒనగూడేది పదినిమిషములకాలమే గనుక, దీర్ఘకాలం అవిచ్ఛిన్నంగా నిద్రపోవడమనేది చాలా అవసరం. తక్కిన కాలమంతా మొదట ఆస్థితికి చేరుకోడానికీ, పిమ్మట ఆస్థితినుండి తిరిగి జాగ్రదవస్థకు చేరుకోవడానికీ వివిధదశలగుండ ప్రయాణించడంతోనే సరిపోతుంది. పైన పేర్కొనిన విశ్రాంతి సచ్చిదానందస్థాయిలోనిది.

జాగ్రత్స్వప్నాలలో మనస్సు

జాగ్రదవస్థయందు మనస్సు ఆలోచిస్తూ, సంకల్పిస్తూ, జాగ్రజ్జీవితాన్ని నియమిస్తూ వుంటుంది. నిద్రయందది అట్లుపనిచేయదు. నిద్రలో స్వప్నములను చూచేది యీ మనస్సుకాదు. దానిప్రవృత్తి నిద్రలో కడు అసంబద్ధంగా వుంటుంది. అవచేతనయనుదాని ప్రాబల్యమే నిద్రయందు హెచ్చు. మామూలు మనస్సే శరీరంలో ఇంకా పనిచేస్తూవుంటూ నిద్ర అనేది రానేరాదు.

అవచేతనవుండే స్థానము, దాని ప్రభావము

అవచేతనవుండే స్థానం పాదములకు దిగువయని యోగదృష్టికి కానవచ్చినా దానిప్రభావం ఆతావునకే పరిమితంకాక శరీరమునందు వ్యాప్తమైవుంటుంది. జాగ్రదవస్థలో జాగృతములై ప్రవర్తిల్లే అన్న, ప్రాణ, మనఃకోశముల మనస్తత్వ ప్రాబల్యముచే అది అణగారి వుండి నిద్రలో యథేచ్ఛగా విజృంభిస్తూ తనప్రభావం ప్రకటించుకొంటుంది.

నిద్రలో తెలియబడే విషయజాతం

జాగ్రదవస్థలో నీ ప్రకృతియందలి కొంతభాగం మాత్రమే నీవు తెలుసుకో గలిగివుంటావు. నిద్రలో దీని కావలనుండే విషయజాతం కూడా తెలియ బడుతుంది. సూక్ష్మమైన అన్న, ప్రాణ, మనోమయప్రకృతులలోని విషయజాతమిది. ఈ తమోమాలిన్యమంతా క్షాళితమైతేతప్ప ప్రకృతి పరివర్తనం సాధ్యపడదు.

స్వప్నమాలిన్య క్షాళనం

స్వప్నానుభవాలలో విశేషభాగం ప్రాణమయ అవచేతనా విభాగములకు సంబంధించినవే. వీటినిగురించి కలతజెందక వీటినుంచీ, వీటికిమూలమైన ప్రవృత్తులనుంచీ విముక్తిపొందాలనీ దివ్యసత్యమునుదక్క ఇతరమునెల్ల త్రోసిపుచ్చాలనీ నిరంతరం ఆకాంక్షించు, ఆ దివ్యసత్యమునందు జాగ్రత్ స్థితిలో నిష్ఠ నీకు బలపడినకొలదీ యీ స్వప్నమాలిన్యక్షాళనం నీకు సుకరమౌతుంది.

స్మృతిమాత్రమై నిలిచి తలయెత్తే ప్రవృత్తులు

జాగ్రచ్చేతననుండి వెలికి త్రోసివేయబడిన ప్రవృత్తులే ఒక్కొక్కప్పుడు తిరిగి స్వప్నంలో తలయెత్తడం కద్దు. కాని, యీ తలయెత్తడం నిజముగా గాక స్మృతిమాత్రముగ అవచేతనలో నిలిచిపోయి పొటమరించడం కావచ్చు. అట్టిసందర్భంలో, నీడవంటిది మాత్రమే అయిన యీ స్వప్నాను భవానికి ఎట్టి ప్రాముఖ్యము యివ్వవలసిన పనిలేదు.

స్వప్నావస్థలో విజయసాధన

జాగ్రచ్చేతనమునుండి వెలికి త్రోసివేయబడిన ప్రవృత్తి ఎంతవరకు నిజముగా జయింపబడినదో పరీక్షించే నిమిత్తం స్వప్నంలో అది మరల తలయెత్తవచ్చు. దానిని అదుపులో పెట్టడానికి జాగ్రచ్చేతన అచట ఉండని సందర్భమది. అయినను, స్వప్నములోనే సాధకుడు ఎరుకకలిగివుండి ఎంతమాత్రమూ కలతచెందక దానిని జయించి త్రోసిపుచ్చగలిగినప్పుడు, అతని విజయం మరింత దృఢపడినదౌతుంది.

మనోమయభూమికలోని కొన్ని స్వప్నములు

మనోమయభూమికతోనూ, ప్రాణమయభూమిక ఉన్నత విభాగంలోనూ కలిగే కొన్ని స్వప్నములలోని సంఘటనలకు జాగ్రదవస్థలోకంటే భిన్నమైన ప్రత్యేక లయవిన్యాసముంటుంది. కొన్ని సంఘటనలు జాగ్రదవస్థలోని సంఘటనలకు సూచకంగాకూడా వుంటాయి. కేవలం యథార్థంగా అవి జరగకపోయినా జరుగుటకు దోహదమిచ్చే సన్నివేశంగాటివలన కల్పనమయ్యే అవకాశమున్నది.

జాగ్రత్స్వప్నముల అన్యోన్య సంబంధం

జాగ్రత్స్వప్నములకు ఒండొంటితో ఘనిష్ఠసంబంధమేదీ లేకపోయినా, ఒక విధమైన సూక్ష్మసంబంధం కలదని చెప్పవచ్చు. జాగ్రదవస్థలోని సంఘటనలు ప్రబలమైనప్పుడు, అది స్వప్నప్రపంచమును ప్రభావితం చెయ్యవచ్చు. అట్లే, స్వప్నప్రపంచములోని సంఘటనలవలన జాగ్రదవస్థలోని సంఘటనలు పైతం ప్రభావితం కావచ్చు.

స్వప్నచేతన బాగుగా వికాసం పొందినప్పుడు

స్వప్నచేతన మహోన్నతస్థాయిలో బాగుగ వికాసంపొందినపుడు మాత్రమే స్వప్నానుభవములు అటుతరువాత జాగ్రదవస్థయందు సైతమూ పొడ సూపడం జరుగుతూ వుంటుంది. ప్రజల తలపులు, మాటలు, చేతల రూపంలోనూ, భౌతిక ప్రపంచమున జరిగే సంఘటనల రూపంలోనూ ఇవి యిట్లు ప్రత్యక్షమవుతూ వుంటాయి.

ప్రాణమయభూమికయందే సంచారం

అత్యధికసంఖ్యాకులు నిద్రలో ప్రాణమయభూమికయందే, హెచ్చుగా సంచరిస్తూ వుంటారు. ఏలనంటే, అది అన్నమయభూమికకు అత్యంత సన్నిహితమై వసించుటకత్యంత సుకరముగా వుంటుంది. అటనుండి ఉన్నత భూమికలలోకి పైతం వెళ్ళినా అచట ఉండేది అత్యల్పకాలమే. అచటికి వెళ్ళినసంగతి జ్ఞాపకమైనా వుండదు.

తేలికగా జ్ఞాపకముండే స్వప్నాలు

నిద్రలోనుండి తిరిగి మెలకువలోనికి వచ్చేటప్పుడు అవరప్రాణమయ భూమిక, సూక్ష్మ, అన్నమయభూమికలద్వారా మెలకువలోకి రావలసి వుంటుంది. అందుచేత మెలకువలోనికి వచ్చినప్పుడు ఈ క్రింది భూమికల లోని స్వప్నములే తేలికగా జ్ఞాపకముంటాయి. అంతకుపూర్వం పై భూమికలలో వచ్చిన స్వప్నములు జ్ఞాపకముండవు.

పై భూమికల స్వప్నాలు జ్ఞాపకముండాలంటే

పై భూమికలలోని స్వప్నముల జ్ఞాపకంవుండాలంటే, అది మూడు సందర్భాలలో మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. 1) ఈ అనుభూతులను నమోదుచేసుకొనే చేతనయందవి గాఢంగా ముద్రితములు కావాలి. 2) అవి కలిగినవెంటనే మెలకువరావడం సంభవించాలి. 3) నిద్రలో ఎరుకకలిగి వుండడం, అనగా ఒక భూమికనుండి యింకొక భూమికకు నిర్గమనమును ఎరుకతో అనుసరించడం నేర్చి వుండాలి.

స్వప్నముల జ్ఞాపకానికి అభ్యాసం

వచ్చిన స్వప్నములను మెలకువరాగానే జ్ఞాపకంచేసుకొనే అభ్యాసం కొందరు చేస్తారు. మెలకువ వచ్చినతోడనే కదలక అట్లేపరుండి వుండి స్వప్నములను కట్టకడపట వచ్చినదానినుండి క్రమంగా వెనుకకు గుర్తు చేసుకొంటూ పోవడం ఈ పద్ధతి లక్షణం.

బాహ్యోద్దీపనల వలన స్వప్నాలు

స్వప్నములు బయటి ఉద్దీపనవలన కలగడంకూడా కద్దు. కాని, ఇట్టివి కడు వకృత్తుగా సంభవిస్తాయి. బయటినుంచి ఎట్టి ఉద్దీపనయులేకుండానే అవచేతనయందు దాగివుండిన గత సంస్కారాల వలన కలుగుతూవుండే స్వప్నాలే హెచ్చు. వెలిమనస్సునందెక్కువగా నివసించేవారికి ఇట్టి స్వప్నాలే తరచుగా కలుగుతూ వుంటాయి.

లోమనస్సులో నివసించే సాధకుల స్వప్నాలు

అవచేతనయందలి గతసంస్కారోద్దీపనల వలననేగాక, ప్రాణమయ భూమికయందలి అభ్యస్తప్రవృత్తుల ఉద్దీపనమూలమునకూడా స్వప్నములు కలుగుతూ వుంటవి. వెలిమనస్సునగాక లోమనస్సున నివసించడానికి సాధకుడు మొదలు పెట్టినప్పుడే, ప్రాణమయభూమికయందుగాని, ఆ పై భూమికలయందుగాని, కలిగే అనుభూతులు స్వప్నరూపందాల్చి సాంకేతిక ప్రాముఖ్యాన్ని సంతరించుకోడం ప్రారంభమౌతుంది.

శరీరంలోనుండి పైకిలేచినట్లు స్వప్నం

శరీరంలోనుండి వెలికేగి ఆకాశంలో తేలియాడుతున్నట్లు కొందరికి స్వప్నం రావడం కద్దు. ఇట్టి సందర్భంలో ఆ రీతిగా వెలికేగునది ప్రాణమయ శరీరం. ఇట్లు వెలికేగుటలో కొందరికి తమ స్థూలశరీరంతో పైకి లేస్తున్నట్లు తోచడం కూడా వున్నది. కాని, ఆ లేచునది ప్రాణమయ శరీరం మాత్రమే.

అభౌతికములైన లోకాలు, భూమికలు

భౌతికప్రపంచమున కతీతముగా ప్రాణమయ, మనోమయ, చైత్యాత్మ మయలోకములు, ఇతర ఊర్ధ్వలోకములు ఉన్నవి. అట్లే యీ స్థూల భౌతికమున కతీతముగా సూక్ష్మభౌతిక, ప్రాణమయ,మనోమయ, చైత్యాత్మ మయభూమికలు మనలోనూ కలవు. ఈ భూమికలతోడి సంసర్గము ద్వారముననే మనమా లోకములతోడి సంసర్గమును పొందగలుగుతూ వుంటాము.

నిద్రలో కొనసాగే యాత్ర

నిద్రలో మనము స్థూలశరీరమును విడచి వివిధభూమికలలోనికి, లోకముల లోనికి ప్రయాణముచేస్తూ వుంటాము. ఈ సమయములో అవచేతనా విభాగశేషమొకటి మాత్రం స్థూలశరీరమును అంటిపెట్టుకొని వుంటుంది. ఆయా భూమికలలో, లోకాలలో గల దృశ్యాలను చూస్తూ జీవులను కలుసుకొంటూ, సంఘటనలలో పాల్గొంటూ మన ప్రయాణం సాగుతూ వుంటుంది.

తెరమరుగున సాగే ప్రయాణం

మనం మెలకువగా ఉన్నప్పుడు కూడా మనలోని ఒక భాగం వివిధ భూమి కలలోనికి, వివిధ లోకములలోనికి ప్రయాణం చేస్తూనే వుండవచ్చును. కాని, అది అంతా తెరమరుగున సాగిపోతుంది. మెలకువలో వున్న మన మనస్సుకు వాటి విషయమేమీ తెలియదు.

స్వప్నప్రభావముపై సాధన ప్రభావం

స్వప్నములు తరచుగా మన అవచేతనచేత కల్పితములే అయినా కొన్ని స్వప్నములు మిశ్రితముగానైనా పైభూమికలకు, లోకములకు సంబంధించినవి కావడానికి అవకాశమున్నది. సాధన పెరిగినకొలదీ యీ రకమైన స్వప్నములు తరచై క్రమంగా అవచేతనాస్వప్నముల ప్రాబల్యం తగ్గి పోతుంది.

మానవజీవితంపై ప్రాణమయలోక ప్రభావం

ప్రాణమయలోకపు శక్తులయు, జీవులయు ప్రభావం మానవులపై హెచ్చుగా ప్రసరిస్తూ వుంటుంది. ఈ లోకం ఒకవైపున కడు రమణీయం. కవికి, చిత్రకారునికి, గాయకునికి సన్నిహితసంబంధం దీనితోనే. కామాదుల ప్రాబల్యంగల లోకంకుడా యిదే. మనకుండే కామాదుల మూలంగా ఈ లోకంలోని శక్తులతోనూ, జీవులతోనూ మనకు సంసర్గం ఏర్పడే అవకాశ మున్నది.

ప్రాణమయలోకపు భయంకర విభాగం

ప్రాణమయలోకం ఒక వైపున రమణీయమే అయినా వేరొక వైపున తమోమయము, ప్రమాదభూయిష్ఠము, భయంకరమూ కూడ. భయము గొల్పే పీడకలలు దీని మూలముగా వచ్చునట్టివే. మానవునిలో అసుర ములు, నీచములు, క్రూరములునగు ప్రవృత్తులకు పెక్కింటికి ఇదియే మూలము.

ప్రాణమయలోకపు తామసశక్తుల నిరాకరణ

ప్రాణమయలోకపు తమోమయశక్తుల దాడికి సాధకుడు స్వప్నమునందు గాని, ధ్యానమునందుగాని, ఇతరత్రాగాని ఏమాత్రమూ అవకాశమీయ రాదు. ఈశ్వరశక్తికిదక్క మరిదేనికినీ లొంగరాదనే దృఢసంకల్పముతో అట్టి ధాటిని నిరాకరిస్తూ ఉండడం అవసరం. ప్రాణమయ భూమికకు చెందిన కామనలను విషాదములను త్రోసిపుచ్చుతూ పరభూమికలపై చేతనను లగ్నంచేయడం శ్రేయస్కరం.

సాధన ప్రాముఖ్యంగల స్వప్నానుభవాలు

నీవు యోగాభ్యాసపరుడవైనప్పుడు, నీ చేతన వికసించి అభౌతికమైన ఇతర లోకాల దృశ్యాలు, సంఘటనలు, జీవవ్రాతములు నీకు ముఖ్యంగా నిద్రలో తెలియబడుతూ, నిద్రలోనే నీవుకూడా వాటియందు పాల్గొంటూ వుంటావు. సాధన దృష్ట్యా తరచుగా వీటికికూడా ప్రాముఖ్యముంటుంది. కనుక నిద్రలోగాని, ధ్యానంలోగాని వీటిని నీవు చూడవలసివస్తున్నందుకు కలతజెంద నక్కరలేదు.

సాధకుడు భయానికి తావీయరాదు

ఎట్టి భయంకర స్వప్నములు వచ్చినా నీవు భయపడకుండా వుండడం అవసరం. యోగసాధనలో భయమనేదానికి ఎంతమాత్రమూ తావీయ రాదు. ఈ భయమును త్రోసిపుచ్చలేనివారు ఈ సాధనజోలికే పోకుండా వుండడం అవసరం.

అధైర్యంతో క్రుంగడం వర్జనీయం

స్వప్నదృశ్యాలకు భయంతో తల్లడిల్లడం ఎలాకూడదో, అధైర్యంతో క్రుంగిపోవడంకూడా అలాగే కూడదు. మన అంతరములోని తెరను చీల్చుకొని లోనికిపోవడం ప్రారంభించినప్పుడు ఇలాంటి దృశ్యాలు అనివార్యంగా ఎదుటపడుతూవుండేవే. వాటి కారణమరసి ధైర్యంగా వాటిని ఎదుర్కొనడమే కావలసినది.

అనుకూల శక్తుల తోడ్పాటు

నిన్నుభయపెట్టే శక్తులూ, అధైర్యపరచేశక్తులూ మాత్రమే నీ చుట్టూ వున్నాయని అనుకోకు. నీలో ధైర్యమూ, బలమూ పూరించి విజయ సాధనకు నిన్ను ప్రోత్సహించే శక్తులుకూడా నీ చుట్టూ వున్నవి. వాటి యెడ ఉన్మీలితుడవై, వాటినుండి తోడ్పాటుపొందే అలవాటు నీవు చేసుకోవాలి. అహితశక్తులవలన కలిగే భయము, అధైర్యము మొదలైన వాటిని త్రోసిపుచ్చడం యిందుకు చాలా అవసరం.

యోగశక్తులతో విజయసాధన

యోగశక్తులతో విజయం సాధించడమనేది అభ్యాసంతో అలవడుతుంది. ఏశక్తిని ఎలా ఉపయోగించాలో ప్రయోగమూలకంగా తెలుసుకొని బలం సంపాదించినకొలదీ యీవిజయసాధన సుకరమవుతుంది. బలం చేకూరే వరకూ వీటినుపయోగించరాదంటూ కూర్చుంటే ప్రయోజనంలేదు. పునః పునః ప్రయత్నములే బలమును చేకూర్చిపెట్టుతవి.

విజయం ఒక్కమాటుగా లభించేదికాదు

అపజయమునకు భయపడి యోగశక్తుల వినియోగమునకు నీవు వెనుకాడరాదు. ఒక్కమాటుగా ఇవియెప్పుడూ విజయసాధకములు కానేరవు. విశ్వశక్తుల సంసర్గమెట్లు సంపాదించవలెనో, వాటితో మనప్రయత్నమున కెట్లు అనుసంధానం కూర్చుకొనవలెనో ఈశ్వరచేతనకు ఉపకరణం కావడమెట్లో, ఇవి అనుభవపూర్వకముగా తెలియవలసినవి.

మనకుండేబలం మనదికాదు

మనలో ఎంతటి ఘనులకుగాని, ఎంతటి అల్పులకుగాని, మనకుండే బలం మనదికాదు. అది యీవిశ్వక్రీడలో మనం ఆడవలసిన ఆటకై మన కొసంగబడినట్టిది. మనలో యిప్పుడుండే యీబలముగాని, బలహీనతగాని శాశ్వతంగాదు. ముఖ్యంగా యోగప్రాబల్యంవలన ఏక్షణంలోనైనా మన బలహీనత బలంగా మార్పుచెందవచ్చు.

ఈశ్వరబలమే మనకాధారం

మనలోపల, వెలుపల, పైన, చుట్టూ, అంతటా సర్వశక్తుడగు పరమేశ్వరుని బలం నిండివున్నది. మనకర్తవ్యమునకు, మన వికాసమునకు, మన పరివర్తనకు మనం ఆధారపడవలసినది ఆబలంమీదనే. ఆత్యంతికమైన శ్రద్ధతోగాని ఈలక్ష్యం సాధించనేరము.

శ్రద్ధాపూర్వక ప్రయత్నమే బలప్రదాయకం

మనం చేయవలసివున్న కార్యముపైన, ఆకార్యసాధనకు మనం ఉపకరణమాత్రులమనే భావముపైన, ఉపకరణముగా మనలనుపయోగించుకొనెడి ఈశ్వరుని పైన, ఆత్యంతికశ్రద్ధతో మనం ముందుకుసాగడం మొదలు పెట్టినప్పుడు, మనంచేసే ప్రయత్నమే, క్లేశములను, అపజయములను ఎదుర్కొనే మన ఉద్యమమే మనకు చాలినంతబలమును ప్రసాదిస్తుంది.

ఈశ్వరునికి మాత్రమే సమర్పణ

ఈశ్వరునికి మాత్రమే సర్వసమర్పణ మొనర్చుకొని, ఈశ్వరశక్తితో ఏకత్వం పొందడంద్వారా అతిమానసమైన తేజస్సును, శక్తిని, విశాలతను విశుద్ధతను, విజ్ఞానమును, ఆనందమును మనలోనికి అవతరింప జేసుకొనడమే పూర్ణయోగపు ఏకలక్ష్యమై యున్నది. ఈశ్వరునకుదక్క అన్యమునకిచట తావు కల్పింప వీలులేదు.

ఇతరులతో ప్రాణకోశసంబంధాలు కూడవు

పూర్ణయోగసాధకులు ప్రాణకోశసంబంధమైన అనుబంధములు ఇతరులతో పెట్టుకొనడం ఎంతమాత్రమూ కూడదు. అట్టి అనుబంధములు పెట్టుకొని తత్సంబంధమైన ఆదాన ప్రదానములు జరుపుకొనే యెడల, నీఆత్మ అవరచేతనకు బద్ధమై ఈశ్వరునితో ఏకత్వమున ఈశ్వరశక్తిని అవతరింపజేసుకోవడానికి అసమర్థమవుతుంది.

స్త్రీపురుష సంబంధమగు కామసంబంధాలు తగవు

ఇతరులతోడి ప్రాణకోశసంబంధమైన ఆదానప్రదానాలు, స్త్రీపురుష సంబంధమగు కామోపభోగరూపం గైకొనడం సాధకునకు మరింత ప్రతిబంధకం. బాహ్యచేష్టను పరిహరించినప్పటికీ ఇట్టి సంబంధములు పూర్ణయోగ సాధకులకు పూర్తి నిషిద్ధములు. సూక్ష్మరూపసంబంధములుకూడా వర్జనీయములే.

నిక్కమైన ఆధ్యాత్మిక సంబంధ లక్షణం

అతిమానస విజ్ఞానభూమికయందు మనము ఈశ్వరునితో ఏకత్వమును పొందనేర్చినప్పుడే ఈశ్వరునియందితరులతో నిక్కమైన ఆధ్యాత్మిక సంబంధాలను నెలకొల్పుకోగలుగుతాము. పరమమైన ఆఏకత్వ స్థితియందు, అవరప్రకృతికి చెందిన క్షుద్రకామోపభోగ ప్రవృత్తికి తావుండదు.

ఊర్ధ్వరేతస్కతయే కామవిజయం

రేతస్సువందలి శక్తిని బహిర్ముఖ మొనర్చి భ్రష్ట మొనర్చుకోడానికిబదులు ఊర్ధ్వముఖ మొనర్చి ఇతరశక్తుల కాధారమైన ఓజస్సుగా మార్చుకోగలిగినప్పుడే, కామప్రవృత్తిపై నిక్కమైన విజయం సాధించినట్లవుతుంది. కామసంతృప్తికి సూక్ష్మరూపంలో అవకాశమిస్తూ, అది సాధనలో అంతర్భాగమని భావించడంకంటె వివత్కరమైన ప్రమాదం మరివుండదు.

ఆధ్యాత్మికముగా అధఃపతనహేతువు

స్థూలరూపంలోగాకపోయినా సూక్ష్మరూపంలో కామతృప్తికి అవకాశమివ్వడంకూడ ఆధ్యాత్మికంగా అథఃపతనాన్ని సరాసరి తెచ్చిపెట్టుకోవడమే అవుతుంది. అట్టి పరిస్థితి అధిమానసవిజ్ఞానావతరణను నిరోధించడమే గాక సంక్షోభకారకములగు ప్రాణకోశసంబంధమైన అహితశక్తులు పరిసరములలో చెలరేగుటకుకూడా కారణమవుతుంది.

కామోద్రేకంవలన కలిగేఅనర్థం

బాహ్యమున స్థూలరూపంలో కామోపభోగమును వర్జించినా, అంతరమున సూక్ష్మరూపంలో మరొక విధానదానిననుభవించడం కామప్రవృత్తిరూపాం తీకరణ కావశ్యకమని తలంచడం పొరపాటు. అవిద్యయందలి భౌతిక సృష్టివిధానంలో కామప్రవృత్తి కొక ప్రత్యేక ప్రయోజనమున్నది. కాని, దానితో మిశితమైవున్న దేహప్రాణసంబంధమైన ఉద్రేకం అతిమానవ విజ్ఞానావతరణకు ప్రతిబంధకమయ్యే పరిస్థితులు కల్పిస్తుంది.

కామసుఖం దివ్యానందపు వికృతస్థితి

కామోద్రేకజనితమైన సుఖం దివ్యానందపు వికృతస్థితి అవుతుందిగాని నిజమైన దివ్యానందం కాదు. భౌతికశరీరంలో నిజమైన దివ్యానందస్వరూప స్వభావలక్షణములు వేరు విధంగా వుంటాయి. అంతరమున పరతత్వముతోడి ఐక్యఫలితంగా అభివ్యక్తమయ్యేడి ఆనందమది.

దివ్యప్రేమ కామంకాదు

దివ్యప్రేమ కామంకాదు. దివ్యప్రేమ భౌతికశరీరంలోనికి దిగివచ్చినప్పుడు, అది మోహైన అవరప్రాణకోశప్రవృత్తులను జనింపజేయదు. పైపెచ్చు, అట్టి ప్రవృత్తుల యందభినివేశం దానిని పరాఙ్ముఖ మొనర్చి తన నిజస్థానానికి మరలిపోయేటట్లు చేస్తుంది. భౌతికశరీరంలోనికి దానిని దిగివచ్చేటట్లు చెయ్యడం ఎంతకష్టసాధ్యమో తెలిసినదే కదా ?

దివ్యప్రేమావతరణకు ఒకటే మార్గం

దివ్యప్రేమ నీ లోనికి అవతరించడానికి ఒకటే మార్గమున్నది. అది నీ హృదయాంతర్గతుడగు చైత్యపురుషుడు ప్రబుద్ధం కావడం. కావున, చైత్యపురుషద్వారమున దివ్యప్రేమను అవతరింపజేసుకొనుటకై శ్రద్ధ వహించి, అవరప్రాణశక్తులద్వారా దానిని సాధించే ప్రయత్నంనుండి విరమించు.

కామకేంద్ర పరివర్తన

స్త్రీపురుష సంబంధమగు కామకేంద్రమును, అందలి శక్తిని రూపాంతరం చెందించడం భౌతికశరీరసిద్ధికి అత్యంతావశ్యకం. ఏలనంటే, శరీరంలోని మనః, ప్రాణ, దేహప్రకృతి శక్తులన్నింటికీ ఆధారభూతమైనది అదే. షునిష్ఠమైన దివ్యతేజస్సుగా, సృజనాత్మకమైన దివ్యశక్తిగా విశుద్ధమైన దివ్యానందంగా దానిని రూపాంతరం చెందించడం అవసరం.

కామకేంద్రపరివర్తనం జరిగినపిమ్మట

అతిమానసమైన దివ్యతేజశ్శక్త్యానందముల అవతరణమూలముననే కామ కేంద్రమును రూపాంతరం చెందించడం సాధ్యమౌతుంది. అటుతరువాత దాని ప్రవృత్తి విధానమును జగన్మాత అతిమానస దివ్యవిజ్ఞాన, దివ్య సంకల్పములే నిర్ణయిస్తాయి. నీ ఊహల ప్రకారంకాదు.

పరివర్తనం చెందిన కామకేంద్ర ప్రవృత్తి

అతిమానసశక్తిచే పరివర్తనం చెందించబడిన కామకేంద్రప్రవృత్తి విధానం అవిద్యాసంబంధమగు సామాన్య కామోపభోగరూపమున నుండబోదు. అయ్యది ప్రాణశక్తులను భద్రపరచి కామగంధవివర్జితముగా ప్రసారితం చెయ్యగల విధానమై విలసిల్లుతుందిగాని వాటిని వెలికి విసర్జించి వృథాచేయునది కానేరదు.

అతిమానసదివ్యజీవనం గుర్తించిన భ్రమ

అతిమానసవిజ్ఞానపూర్వకదివ్యజీవనమంటే దేహ, ప్రాణ వాంఛలను మరింత ఘనంగా అనుభవించడమేనన్న భ్రమను పూర్తిగా విసర్జించు. మానవప్రకృతియందలి పాశవికవృత్తుల ఘనతరసంతృప్తికై ఉల్లాసించడం కంటె ఆ దివ్యజ్ఞానావతరణకు ప్రతిబంధకం మరి ఉండబోదు.

మనఃప్రాణదేహముల అభిలాషలు

అతిమానసదివ్యజీవనం తన భావాలకనుగుణంగా వుండాలని మనస్సు తన కోర్కెలను మహోన్నతస్థాయిలో తీర్చేది కావాలని, ప్రాణమూ తనసౌఖ్యాలను, అలవాట్లను అపారంగా పెంపొందించేది కావాలని, శరీరమూ ఆశిస్తూ వుంటాయి. ఇట్టి పరిణామం పాశవికమానవప్రకృతి విస్తరణమవుతుందేకాని దివ్యపరివర్తనం కానేరదు.

బాహ్యాంతరానుభూతుల వేర్పాటు పద్ధతి

బాహ్యచేతనకూ, అంతరంగికానుభూతికీ ఒకవిధమైన వేర్పాటు కల్పించి, బాహ్యచేతన అవరప్రవృత్తులను పరివర్తనం చెందించక అదుపులో మాత్రమే వుంచే పద్ధతివలన కామప్రవృత్తి పూర్తిగా తొలగించబడక పోయినా ఆధ్యాత్మికానుభూతులు పొంది కొంతఅభివృద్ధి సాధించవచ్చుననే మాట నిజమే. కాని, చాలకొలదిమందిమాత్రమే ఈ మార్గమును పటిష్ఠంగా అనుసరించ గలుగుతారు.

కామప్రవృత్తిని ఉపేక్షింపరాదు

దేహ, ప్రాణచేతనలనుండి మనస్సు వేరుపడి తన అంతరంగిక జీవనంలో తాను నిమగ్నమైవుండే పరిస్థితి అసంభావ్యంకాదు. కాని, అనుభూతులు దేహ, ప్రాణభూమికలలోనికికూడా విస్తరిల్లమొదలిడినప్పుడు కామ ప్రవృత్తిని ఎప్పటివలె కొనసాగనిచ్చుటకు వీలులేదు. ఏక్షణంలోనైనా అది చాలా ఉపద్రవకరమై పరిణమించవచ్చు.

సాధకులను భ్రష్టులగావించగల ప్రవృత్తి

రాజసికమైన కోర్కెలు, పేరాసలు, గర్వము మొదలైన అహంకారిక వృత్తులవలెనే కామప్రవృత్తికూడా సాధకులను ఆధ్యాత్మికంగా భ్రష్టుల గావించిన సందర్భములున్నవి. దీనిని పూర్తిగా నిర్మూలించకుండ నిస్సంగ బుద్ధితో వ్యవహరించే ప్రయత్నం విఫలంకాక తప్పదు.

కామప్రవృత్తికి ఉన్నతికల్పించే ప్రయత్నం

కామప్రవృత్తికి ఉన్నతి కల్పించేప్రయత్నం దుస్సాహసోపేతము, ప్రమాదభూయిష్ఠమూ అని చెప్పకతప్పదు. కామమును, ఆధ్యాత్మికతను మిళితంచెయ్యడం వలన కలిగేఅనర్థం అపారం. వైష్ణవమధురభావములో వలె కామమును భగవంతునివైపు మళ్లించేప్రయత్నంకూడా ప్రమాద భరితమేనని అదిపట్టిన తప్పుదారుల ఫలితాలు విశదం చేస్తున్నవి.

జయింపబడని కామం తెచ్చిపెట్టే అనర్థాలు

పరతత్వానుభూతిని పొందడమేకాక మనః, ప్రాణ, దేహముల పరివర్తనమునుసైతం అభిలషించే పూర్ణయోగసాధనలో కామప్రవృత్తిని పూర్తిగా జయించితీరవలసిన అవసరమున్నది. లేనియెడల, ప్రాణమయ చేతన మాలిన్యముతో కూడినదై ఆధ్యాత్మికతను సంతరించుకొన్న మనస్సు విశుద్ధతను భంగపరుస్తూ దేహచేతనావృత్తుల ఊర్ధ్వముఖతకు తీవ్ర ప్రతిబంధకాలను కల్పిస్తుంది.

అసాధ్యము — ప్రమాదకరము

అవరచేతన సంపూర్ణముగా ఊర్ధ్వమునగల ఆధ్యాత్మికచేతనలోనికి ఆరోహించడమూ, ఆధ్యాత్మికచేతన (తుట్టతుదకు అతిమానస చేతనగూడ) మనః, ప్రాణ, దేహములలోనికి వాటి పరివర్తనముకొరకై అవతరించడమూ పూర్ణయోగమున జరుగవలసి వున్నది. కామప్రవృత్తి అవరోధముగా నున్నంతవరకు పూర్ణారోహణం అసాధ్యం. కామప్రవృత్తి ప్రాణకోశమున ప్రబలమై వున్నంతకాలం అవరోహణం ప్రమాదభూయిష్ఠం.

అవరోహణ ఫలితాల దుర్వినియోగం

పూర్తిగా జీవించబడని కామప్రవృత్తి ఏక్షణంలోనైనా ఒకవిధమైన మిశ్రమపరిస్థితికి కారణమై అవరోహణమునకు తిరోగతి కల్పించుటయు, అవరోహణకారణముగా చేకూరిన శక్తిని అన్యథా వినియోగించుటయు, చేతనా ప్రవృత్తినంతనూ విపరీతానుభూతివైపునకు మళ్లించుటయు జరుగవచ్చును. కావున సాధకుడు అప్రమత్తుడై వుండడం అవసరం.

అంతశ్శుద్ధి లేనప్పుడే విపరీత ఫలితాలు

ఆహారనిద్రలవలెనే మైథునము కూడ దేహప్రాణవిశిష్టమైన మానవజీవితంలో ప్రకృతిసిద్ధమైన అంతర్భాగమేకనుక, దానిని పూర్తిగా నిషేధించడం అవ్యవస్థితికి కారణమై తీవ్రమైన దుష్ఫలితాలకు దారితీస్తుందనే అభిప్రాయం లేకపోలేదు. కాని, నిగ్రహం అంతశ్శుద్ధితో కూడినది కానప్పుడే యీ వైపరీత్యాలు వాటిల్లుతాయి.

నిక్కమగు ఆధ్యాత్మికకృషి నిరుపద్రవకరం

మామూలు పద్ధతిలో కామోపభోగమును వర్జించి విపరీతపద్ధతిలో రహస్యముగా దానినమభవించడమో, లేక భావనచేగాని, లేక యితర గుప్తమార్గములలోగాని కానరాకుండ దానినుపయోగించడమో జరిగినప్పుడే విపరీత ఫలితములు గలుగుతవి. కామవిజయమునకై నిక్కమైన ఆధ్యాత్మిక కృషి ఎంతమాత్రం హానికరం కాదు.

యూరోపియన్ వైద్యశాస్త్రకోవిదుల అభిప్రాయం

అంతశ్శుద్ధితోకూడిన కామనిగ్రహం శ్రేయోదాయకమైనదేనని యూరప్ నందలి పెక్కువైద్యశాస్త్రకోవిదులుకూడ ఇపుడు చాటుతున్నారు. కామోప భోగమున కుపయోగపడే రేతస్సు మనః, ప్రాణ శరీరశక్తులకు పోషక మైన ధాతువిశేషముగ పరివర్తనముచెందే అవకాశముండుటయే దీనికి కారణము. భారతీయ బ్రహ్మచర్యలక్ష్యంకూడ రేతస్సును ఓజస్సుగా మార్చుటే.

కామవిజయోపాయం

నిస్సంగత్వము, నిరాకరణము, ఈ రెండింటినీ జోడించడంద్వారా కామ విజయమును సాధించవలసి వున్నది. కామప్రవృత్తినుండి చేతన విడివడి వేరై నిలచి దానిని పరాయివస్తువుగా పరిగణిస్తూ ఆమోదించక త్రోసి పుచ్చుతూ వుండేయెడల, అట్లుచేసిన ప్రతితడవకూ ఆ ప్రవృత్తి అంత కంతకూ వెలికి త్రోసివేయబడుతూ వుంటుంది.

కామవిజయసాధన కొనసాగే పద్ధతి

కామమును జయించుటకై నిస్సంగపూర్వక నిరాకరణ పద్ధతినవలంబించి నప్పుడు మొదట మనస్సు కామకాలుష్యమునుండి విముక్తమగును. పిమ్మట కామమునకు ముఖ్యాధారమైన మనోమయసత్తయు అదేరీతిగా దానినుండి విరమణపొందును. కడకు అన్నమయసత్తయు అట్లే విరమింపగా అవచేతనచే మరలనది స్వప్నమున మేల్కొలుపబడకుండు స్థితి వచ్చుపర్యంతము ఈసాధన యిట్లు కొనసాగుచునే యుండును.

కామప్రవృత్తిని పూర్తిగా నిర్మూలించుట సాధ్యమే

కామప్రవృత్తినిర్మూలనము సాధనయందలి అత్యంత కష్టబహుళకార్య క్రమములలో నొకటి. దీనికి కొంతకాలము పట్టుననిగుర్తించి సాధకు డందుకు సంసిద్ధుడై యుండవలెను. కామప్రవృత్తిని పూర్తిగ నిర్మూలించుట సాధ్యమే. స్వప్నమునందు అవచేతనచే నయ్యది సకృత్తుగ మేల్కొలుపబడుచుండిననూ ఇతరత్రా దానినుండి పూర్తిగ విముక్తులైన సాధకులనేకు లున్నారు.

సంపూర్ణభోగం కామవినాశసాధకం కానేరదు

కామక్షుధను భోగరూపమున పూర్తిగా తీర్చుకొన్నట్లయితే ఇక అది తనంతటతానే శాశ్వతంగా అంతరించి పోగలదనుకోడం వట్టిభ్రమ. తన కోర్కెను తీర్చుకోడానికై ప్రాణమయసత్త, మనోమయసత్త ఆమోదమును పైతం సంపాదించగోరి చేసే మాయనటనమది. కామక్షుధను సకృత్తుగ తీర్చుకొనుటయే కామాగ్ని ఉపశమనమునకు ప్రతిబంధక మవుతూ వున్నప్పుడు ఇక సంపూర్ణభోగం నిన్నొకరొంపిలోనికి దిగలాగేమాట నిశ్చయం.

కామక్షుధ – శాశ్వతనివారణ మార్గాలు

కామక్షుధ యితరక్షుధలవలెనే తాత్కాలిక నివారణమాత్రమున ఉపశమింప నేరదు. కొంతకాలముపశమించినట్లే వుండి మరల ప్రబుద్ధమై తిరిగి దానిననుభవించగోరుతుంది. శాశ్వత నివారణకు హృత్పురుషునిచే దాని నిరాకరణ మావశ్యకము. లేక, నిక్కమైన ఆనందానుభూతిచే కాముకానందమును నిరసింపగల ఆధ్యాత్మికోన్మీలనము, ఆధ్యాత్మిక చైతన్యావతరణము ఆవశ్యకములు.

దివ్యానందం కావలెనా? తుచ్ఛమైన కామసుఖమా?

కామమును పూర్తిగా నిర్మూలించవలెననేది కామమునకు భయపడుటచే గాదు. దివ్యశాంతి, దివ్యానందము కావలెనా ? కామోపభోగరూపతుచ్ఛసుఖము కావలెనా ? ఈ రెంటిలో దేనినెన్నుకొందువనే సమస్య ఇది. భగవంతునిచే ఆకర్షితుడవగుదువా ? లేక స్త్రీవ్యామోహముచేతనా ? అనే ప్రశ్నకు సంబంధించిన సమస్య.

కామోపభోగం శరీరధారణకు అవసరంకాదు

శరీరధారణకు ఆహారమావశ్యకము. కామోపభోగమారీతిని ఆవశ్యకము గాదు. ఆహారమునందు పేరాస, జిహ్వాలాలస పూర్తిగా అంతరించినప్పుడే ఆహారరసగ్రహణమునకు, ఆధ్యాత్మిక సంసిద్ధికి పొందిక ఏర్పడును. లాలస, తగులము ఉన్నయెడల సౌందర్యరసగ్రహణానందము కూడ ఆధ్యాత్మిక సిద్ధికి ప్రతిబంధకమే.

సౌందర్యరసానందము—ఆధ్యాత్మికసిద్ధి

పరివర్తనము చెందింపబడని ఆహారనిగ్రహానందముకంటే సౌందర్యరసగ్రహణానందము ఆధ్యాత్మికసిద్ధికెక్కువ చేరువయనుమాట నిజమే. కాని, ఆధ్యాత్మికసిద్ధియందు సౌందర్యరసగ్రహణానందము సైతమూ అంతర్భాగము కావలెననిన, దానిని కూడ ఉన్నతస్థాయిలోనికి పరివర్తనం చెందించడం అత్యంతావశ్యకం.

రసయుక్తమైన ప్రతిదీ నిలుపుకోబనిలేదు

రసయుక్తమైన ప్రతిదానినీ సాధకుడు తనయందు నిలుపుకోవలెనన్న నియమమేమీ లేదు. ఆ మాటకువస్తే ఇతరులను హింసించడంలోనూ, చంపడంలోనూగూడా ఒక విధమైన రసమున్నది. తనను తాను హింసించు కొనుటలో కూడ ఒకవిధమైన ఆనందం కలదు. నేటి మన స్తత్వశాస్త్రంలో ఇవి రెండునూ కొల్లలు.

కామోపభోగంలో ఉండేది ఆనందం కాదు

రసయుక్తమైనంతమాత్రమున దేనినీ ఆధ్యాత్మికజీవితములో అంతర్భాగ ముగా జేసుకోనక్కరలేదు. నిజమునకు, కామోపభోగములోనుండునది ఆనందంకాదు. అది ఒకవిధమైన ఉద్రేకముతో కూడిన సుఖం. శరీరం క్షయించడంతో తుదకు అదికూడా తనంతటతానే క్షయించి పోతుంది.

ద్వైతభావనచేతనే ఆకర్షణ

ఒకడొక స్త్రీయెడ ఆకర్షితుడవుతున్నది ఆమె తానేయను ఏకత్వభావన చేతనా? కాదు. ఆమె తనకంటేవేరై అందచందాలచే తనను ఆకర్షిస్తూ వుండడంచేత అతడాకర్షితుడవుతున్నాడు లేక, తాను పురుషుడుకాగా ఆమె స్త్రీయైనందు చేతను, అట్లయినందు వలన కామ సంతృప్తి కలుగుటకు పూర్ణావకాశమున్నందువలనను ఆకర్షితుడవుతున్నాడు.

కామప్రవృత్తికాధారం ఏకత్వభావనకాదు

అన్నిటియందునూ ఉన్నది ఒక్కటేయను ఏకత్వభావనపైనను, ప్రేమపైనను కామప్రవృత్తి ఆధారపడివున్నదని భ్రమించరాదు. కేవల కామ సంతృప్తిని, సుఖానుభూతిని కోరేటప్పుడు తప్ప, నిజమునకు అది ద్వైత భావనపై ఆధారపడి యున్నది కాదా? కేవలకామతృప్తియే ప్రధానమై నప్పుడు అందులో ప్రేమ అనునదేలేదు.

ఉచ్చతరచేతనోపలబ్ధికి తోడ్పడే ఓజస్సు

కామప్రవృత్తి ప్రాణమయ భూమికలలోని శక్తులలోకెల్లా ప్రబలతమమైనది. దానికి ఉన్నతి కల్పించి ఊర్ధ్వముఖమొనర్పగల్గినప్పుడు అందుండి ఓజస్సు ఉత్పన్నమై ఉచ్చతర చైతన్యోపలబ్ధికెంతగానో తోడ్పడుతుంది. కాని, కేవలమూ నిగ్రహముమాత్రమే చాలదు.

ప్రకృతియందు కామప్రవృత్తి ప్రయోజనాలు

సంతానోత్పత్తికొరకు ప్రకృతిచే వినియోగించబడు కామప్రవృత్తి సహజముగా కడుప్రధానమైన ప్రాణశక్తి విశేషమే. ప్రాణమయ, భావమయ జీవితమును ప్రబలరూపములో అనుభవించుటకది వినియోగపడుచుండును. అట్లుగాక, దానిని నిగ్రహించి కామప్రయోజనమునుండి మరల్చి రసమయ, కళామయ సృష్టులకు పైతము వినియోగించుట కవకాశము గలదు.

సర్వోత్తమమైన పద్ధతి

కామప్రవృత్తిని నిగ్రహించుట ద్వారా బుద్ధి, బలము మొదలైనశక్తులను వృద్ధిపరచుకొనుటకూడా కలదు. అన్నింటికంటె ఉత్తమోత్తమమైన పద్ధతి దానిని పూర్తిగా నిగ్రహించి ఊర్ధ్వముఖ మొనర్చి ఆధ్యాత్మికశక్తిగా పరివర్తనం చెందించడమే. దీనినే బ్రహ్మచర్యముద్వారా రేతస్సును ఓజస్సుగా మార్చడమని మనపూర్వులు పేర్కొన్నారు.

రెండు ప్రధానమైన విభాగములు

శరీరములోని కామశక్తియందు రెండు ప్రధానమైన విభాగములున్నవి. ఒకటి సంతానోత్పత్తి కుపయోగించునది. రెండవది దేహమునందు ప్రాణశక్తులకు, ఆధ్యాత్మికశక్తులకుగూడ పోషకమగునది. పూర్వయోగులీ ఉభయవిభాగములను రేతస్సు, ఓజస్సు అనిపేర్కొన్నారు. ఐరోపీయ వైజ్ఞానికులు మొదట్లో దీనిని అవహేళనచేసినా, ఇప్పుడిప్పుడే ఇందలి సత్యమును కనుగొన మొదలిడినారు.

శరీరమున విశుద్ధభౌతికానంద ప్రతిష్ఠ

కవులు అలంకారికోక్తులతో వర్ణించే కామోపభోగమునందలి ఆనందం కేవలం భౌతికానందపు వికృతరూపమేకాని వేరుకాదు. విశుద్ధమైన భౌతికానందమును యోగసాధనచే శరీరములో ప్రతిష్ఠించుటకు వీలున్నది. కాని, కామప్రవృత్తివిశేషమున్నంతకాలము ఆ భౌతికానందప్రతిష్ఠ సంభవింపనేరదు.

రేతస్సు ఓజస్సుగా మారడమంటే

రేతస్సు ఓజస్సుగా మారడమంటే రేతోరూపమైన భౌతికపదార్థం ఒకవిధమైన భౌతికశక్తిగా మారడమన్నమాట. శారీరక, ప్రాణిక, మానసిక శక్తుల వలెనే ఆధ్యాత్మికశక్తి కూడ శరీరమును నడపవలెనంటే భౌతికాధారం దానికి ఏర్పడడం అవసరం. ఓజస్సుచే అట్టి ఆధారం దానికి కల్పించబడుతుంది.

ఓజస్సు ఉపయోగ పరిధి

రేతస్సు ఓజస్సుగా మారాలనేది సాధారణమైన ఆధ్యాత్మికశక్తిని సాధించే సందర్భంలో చెప్పిన మాటే. అతిమానసమైన విజ్ఞానావిష్కార సందర్భమును పురస్కరించుకొని చెప్పినమాట కాదు. అతిమానసవిజ్ఞానావిష్కార సందర్భములో రేతస్సు వోజస్సుగా మారడమే కాక వోజస్సు యింకేదిగానో కూడా మారవలసి వుంటుంది.

విశ్వప్రకృతివ్యాపారంలో అంతర్భాగం

అన్నిప్రవృత్తులవలెనే కామప్రవృత్తికూడ విశ్వప్రకృతివ్యాపారంలో అంతర్భాగమే. ఒకపురుషు డొకస్త్రీని ప్రేమిస్తున్నాడంటే కామమునకు సంబంధించిన యీ విశ్వప్రకృతివ్యాపారము ననువర్తించడమేకాని వేరు కాదు. ఆస్త్రీకాకపోతే అతడు యింకొకస్త్రీని ప్రేమించి వుండేవాడు. ప్రకృతియంత్రాగమునందు అతడొక పనిముట్టు.

కామప్రవృత్తి ప్రవర్తించేతీరు

కామప్రవృత్తి తనంతటతానుగా ప్రవర్తించునదేకాని ఏప్రత్యేకవ్యక్తిపైనా ఆధారపడివుండేదికాదు. తనకొక ఆధారక్షేత్రం కల్పించుకోడంకోసమది ఎవరినో ఒకరిని పెనవేసుకొంటుంది. ప్రాణమయకోశమందు తన కవరోధం కలిగినప్పుడది అన్నమయకోశములో తనదాడి సాగిస్తుంది. ప్రాణమయ, అన్నమయ భూమికలనుండి కూడా వెడలనడుపబడునంత వరకూ అది జయింపబడినట్లు కానేరదు.

కామప్రవృత్తిరూప ప్రబలాకర్షణ

భౌతికజగత్తునందు ప్రకృతి సంతానోత్పత్తిరూపమైన తన కార్యసాధనకై కామప్రవృత్తిరూపమగు ప్రబలాకర్షణమును సాధనముగా వినియోగించ మొదలిడి దాని ద్వారమునవే ప్రేమయను దానిని ప్రవేశ పెట్టినది. కావున, వీటికి ఒకదానినొకటి మేల్కొలిపే లక్షణం కలదు. ప్రబలమైన నియమనిష్ఠ, దృఢసంకల్పం చైతన్య పరివర్తనం, వీనిద్వారామాత్రమే ఈప్రబలాకర్షణను తొలగింప వీలవుతుంది.

కామ, ప్రేమలను పూర్తిగ విడదీయడం కష్టం

కామవాంఛావిరహితమైన విశుద్ధ ప్రేమను సంపాదించడం అసాధ్యమని చెప్పడంలేదు. కాని, కామము, ప్రేమ ఈ రెండూ ఒకదానికొకటి అత్యంతసన్నిహితములై పెనవేసుకొని వుండడంచేత వాటిని పూర్తిగా విడదీసి వుంచడమనేది అంత సులభసాధ్యమైన విషయంకాదు.

చైత్యసంబంధమైన విశుద్ధప్రేమ

చైత్యాత్మసంబంధమైన విశుద్ధప్రేమలో కామవాంఛలేశమైనాఉండదనేమాట నిజమే. కాని, సాధారణంగా ప్రాణకోశసంబంధమగు అనురాగంకూడా దానితో కడుబలంగా జతగూడడం జరుగుతూ వుంటుంది. ఈ అనురాగ ప్రవృత్తికి కామప్రవృత్తి కడుసన్నిహిత మగుటచే ఏక్షణంలోనైనా అది రెండవదానిని మేల్కొలుపవచ్చు.

కామవృత్తిప్రమాదం నివారణ కావాలంటే

చైత్యాత్మసంబంధమైన విశుద్ధప్రేమతో ప్రాణకోశసంబంధమైన అనురాగం జతగూడి కామప్రవృత్తిని గికురింపజేసే ప్రమాదం నివారణకావాలంటే చైత్యాత్మశక్తిని నిరంతరం పెంపొందించుకొనడంతోపాటు, కామ ప్రవృత్తిని సంయమపూర్వకముగా ఓజస్సులోనికి పరివర్తింపజేస్తూ, ప్రేమను భగవదున్ముఖం చెయ్యడం అత్యంతావశ్యకం.

హృదయంలో చైత్యప్రేమ స్థిరపడాలంటే

చైత్యాత్మశక్తి ప్రభావం ప్రాణకోశంపై ప్రసరింపజేయబడే సందర్భంలో చైత్యాత్మప్రవృత్తి ప్రాణకోశప్రవృత్తితో ఏమాత్రమూ కలగాపులగం కాకుండ జాగరూకతవహించడం అవసరం. హృదయంలో చైత్యప్రేమను స్థిరపడనివ్వకుండ అడ్డుతగులుతుంది కనుక అదితలయెత్తుటకు ఏమాత్రమ సందీయరాదు.

కామప్రేరణ స్వభావం

కామప్రేరణను కేవలం శారీరక క్రియకు ప్రేరణగా భావించరాదు. వ్యక్తిని ఆవరించి, ఆక్రమించి, భుక్తపరచుకొని భుక్తంకావడకోసమై ప్రేరణఅది. ముఖ్యంగా స్త్రీల విషయంలో ఇది నిజం. పురుషులలోకంటే స్త్రీలలో సామాన్యంగా శారీరక క్రియపట్ల ఆకర్షణ తక్కువ. అయితే, ఒక స్థితికి చేరినప్పుడు శారీరకక్రియా ప్రవృత్తి అనుసరించడం కూడా యథార్థమే.

పదేండ్లవయసులో ప్రేమకలాపం

కామప్రవృత్తి ఏస్థానంలోనైనా బయలుదేరవచ్చు. ప్రాణకోశసంబంధమైన ప్రేమగా అది హృదయమందో, నాభియందో బయలుదేరుతుంది. భావోత్సాహంగల బాలురు పెక్కుమందిలో యిది శారీరకక్రియా సంబంధమును గురించి ఏమీతెలియని పదేండ్లు, ఎనిమిదేండ్ల వయస్సులో కూడా ప్రేమ కలాపమును ప్రారంభించడం కద్దు.

శారీరకక్రియ ఎడ ఏహ్యాభావం

కామప్రవృత్తి కొందరికి నాడీమండలము, జననేంద్రియ స్థానాలలో బయలుదేరగా, కొందరిలో అది ఉదయించనే ఉదయించదు. పురుషులు బోధించి ఉద్రేకింపజెయ్యకపోతే పెక్కుమంది స్త్రీలలో ఇది యావజ్జీవితం ఉదయించక పోవడం కద్దు. కొందరు దానినేవగించుకొని, సంఘపు ఒత్తిడివలనో, లేక పిల్లలకోసమో దానియెడ సహనం చూపుతారు.

కామవివర్జితమైన మానసికప్రేమ

మనస్సుతోను, హృదయంతోను, అంతరాత్మతోను ప్రేమింపగల స్త్రీలు అనేకులున్నారు కాని, శరీరంపై చెయ్యి వెయ్యడాన్నిగాని, కాముకక్రియను గాని వారేమాత్రమూ హర్షింపలేరు. ఒకవేళ ఒత్తిడికి లొంగినా అది సంతోషపూర్వకంగా కాదు. పురుషులిది నమ్మకపోవచ్చునుగాని పూర్తిగా ఇది యథార్థం.

మానసికప్రేమ అనేది అస్వాభావికం కాదు

మనస్సు ఆలోచనాప్రవృత్తికీ, హృదయం ప్రేమప్రవృత్తికీ, ప్రాణకోశం వాంఛాప్రవృత్తికీ స్థానాలు. అయినా మానసికప్రేమ అనేది ఉదయించ డానికి అవకాశం లేకపోలేదు. మనస్సుపై హృదయభావములు, ప్రాణ కోశవృత్తులు దాడిచేయడానికి అవకాశం వున్నట్లే, మనోవృత్తులచేత హృదయం కూడా ప్రభావితం కావచ్చు.

మానసికప్రేమోదయ సన్నివేశాలు

అన్నమయ, ప్రాణమయ ప్రేమ వున్నట్లే మనోమయప్రేమ కూడా వుండవచ్చు. తన ఆదర్శం వేరొకరియందు దర్శింప యత్నించడంవల్లను, ఒకవిధమైన మెచ్చుకోలు, అచ్చెరువులతో కూడిన బలమైన మానసికో ద్రేకంవల్లను, తన స్వభావానికి సంపూరకమై వెలసి సాఫల్యంచేకూర్చే "సహధర్మి" సచివుడు, నేత, ప్రభువు కోసమై మనస్సుచేసే అన్వేషణ వల్లను, ఇత్యాదులచే మానసికప్రేమ కలుగవచ్చు.

బలమైనస్థితిలో మానసికప్రేమ

మానసికప్రేమ ప్రేమ అను దానిక్రిందికి స్వతస్సిద్ధంగా రాకపోయినా, తరచుగా కడు బలమైనస్థితిలో అది ప్రకటితమైనప్పుడు దానిని ప్రేమ నుండి విడదీసి చూడడం కష్టం. ఈ ప్రేమ ఒక్కొక్కప్పుడు ప్రాణాన్ని బలియివ్వడానికి, సర్వసమర్పణ మొనరించడానికి సైతం ప్రేరణ కలిగించ వచ్చు.

హృదయభావోత్తేజకమైన మానసికప్రేమ

మానసికప్రేమ ఒక్కొక్కప్పుడు హృదయభావోద్వేగాలను మేల్కొల్పడం సంభవిస్తుంది. అప్పుడది కడు బలమైన ప్రేమగానే పరిణామం చెందవచ్చు. కాని, దానిమూలం మాత్రం మానసికమే. మానసిక స్వభావమే దానియందు ప్రాబల్యం వహించి వుంటుంది.

మనోమయ, ప్రాణమయ ప్రేమల కలయిక

సాధారణంగా మనోమయప్రేమ ప్రాణమయ ప్రేమతో జతగూడి రెండూ ఏకమవుతూ వుంటాయి. కాని, యిట్టికలయికలో కూడా శారీరకక్రియ యెడ విముఖత, ఏవగింపు ప్రకటితమయ్యే అవకాశమున్నది. అయితే, పురుషుడు ఒత్తిడి చేసినప్పుడు యిష్టంలేకపోయినా స్త్రీ లొంగవచ్చు.

ప్రాణకోశ సంబంధమైన ఇచ్చిపుచ్చుకోళ్లు

ప్రాణకోశసంబంధమైన ఇచ్చిపుచ్చుకోళ్ళ ఉత్తేజనం ప్రాణమయచేతనకు అవసరమవుతూ వుండేమాట నిజమే. పురుషులు ప్రాణశక్తిని నిత్యమూ ఖర్చుపెడుతూ తిరిగి దానిని పూరించుకోవడానికి చూస్తూ వుంటారు. ప్రాణకోశసంబంధమైన వినిమయంద్వారా ఇతరులనుండి అద్దానిని ఆకర్షించుకోడం అట్టి పూరణకోసమే. కాని ఇందుకు యితర మార్గాలు కూడా వున్నవి.

ప్రాణశక్తి పూరణకు ఇతర మార్గాలు

విశ్వప్రకృతినుండియు, పరమాత్మనుండి, అనగా పూర్ణమునుండియు ప్రాణశక్తిని పూరించుకొనే ఉపాయం తెలిస్తే వినిమయరూపంలో ఇతరులనుండి ప్రాణశక్తి పూరణచేసుకోవలసిన అవసరముండదు. అంతే కాక, అంతరాత్మ చైతన్యోన్మీలనమైనప్పుడు యీ ప్రాణకోశసంబంధమైన వినిమయం వలన లాభంకంటే నష్టమే ఎక్కువ.

పూర్ణయోగసాధనలో కామవిజయ ప్రాధాన్యం

పూర్ణయోగసాధకుడు కామప్రవృత్తిని అవశ్యంగా జయించి తీరాలి. లేని యెడల అవరప్రాణమయ, అన్నమయ ప్రకృతుల పరివర్తన సాధ్యం కానేరదు. శారీరకమైన సకల కామసంబంధములకూ స్వస్తిచెప్పాలి. లేనిచో అనేక ప్రమాదాలు సంప్రాప్తమవుతాయి. అంతరంగికమైన కామప్రేరణలుకూడా జయింపబడవలసినవే. అలా జయించబడినప్పుడే సాధనగమ్యం చేరుకోగలుగుతుంది.

కామప్రేరణలు : సాధకుల అధికార సంపత్తి

కామప్రేరణలు పూర్తిగా అంతరించినప్పుడే సాధనకు అధికారసంపత్తి ఏర్పడినట్లుగా తలుపనక్కరలేదు. అలా తలంచేపక్షంలో అట్టి అధికార సంపత్తిగలవారు దొరకడం కష్టం. కామప్రేరణలను జయించాలనే దృఢసంకల్పం సాధకునకు ఉండడం మాత్రం అవసరం.

బాహ్యనిషేధముల ఉపయోగం

మనస్సు కామచింతనలలోను, ప్రాణమయ, అన్నమయ కోశముల కామవాంఛలసంస్పర్శలలోనూ నిమగ్నమవుతూ వుండినంతకాలం బాహ్య నిషేధములు పాటించినందువలన ఉపయోగముండదు. ఇవన్నీ అరికట్ట బడినప్పుడే బాహ్యనిషేధములవలన ఉపయోగం.

కామప్రేరణలను జయించే పద్ధతి

ఆకర్షణీయమైన భయంకర, పాపిష్టి ప్రేరణలనుగా కామప్రేరణలను పరిగణించడం అలవాటు చేసుకోకు. అవరప్రకృతిలోని ఒకే తప్పు నడక, పొరపాటు నడకగా భావించి వాటిని త్రోసిపుచ్చు. ఇందుకు వాటితో నీవు పెనగులాడనక్కరలేదు. వాటినుండి వెనుకకు జరిగి విడివడి వాటికి నీ అనుమతినివ్వ నిరాకరించు.

వెలినుండి నీపై విధించబడిన వృత్తి

కామప్రేరణ నీకు వెలుపలిదైన ప్రకృతిశక్తిచేత నీపై విధించబడుతున్నదే గాని స్వతస్సిద్ధంగా నీకు చెందినది కాదని గ్రహించు. ఆ విధింపుకు నీ అనుమతి నిరాకరించు. నీ ప్రాణమయకోశంలోని ఏభాగమైనా అందుకు అనుమతి ఇస్తూవుంటే ఆ అనుమతిని నిరాకరించునట్లుగా ఆ భాగముపైన ఒత్తిడి తీసుకురా.

ప్రయత్నసాఫల్యానికి ఈశ్వరశక్తి నర్థించు

కామప్రేరణనుండి విడివడి దానికి నీ అనుమతి నిరాకరించే ప్రయత్నంలో నీకు తోడ్పడుటకు పరమేశ్వరశక్తి సహాయమునర్థించు. నెమ్మదిగా, ఓపికగా, గట్టి పట్టుదలతో ఈ సాధనను నీవు కొనసాగించు. తుదకు నీ అంతరంగిక సంకల్పబలం జయించి తీరుతుంది.

చైత్యపురుషోన్మీలనపు అవశ్యకత

ప్రాణప్రవృత్తుల పూర్ణవశీకరణము, పూర్ణపరివర్తనము సాధించడానికి నీఅంతరాత్మయైన చైత్యపురుషుని మేల్కొనేటట్లు చెయ్యడం ఆవశ్యకం. చైత్యపురుషుడు మేల్కొంచి నీలో తన పరిపాలనను కొనసాగించుచు ఈశ్వరశక్తి సంస్పర్శకు సకలమునూ సంసిద్ధమొనర్చి నీ బుద్ధికి, హృదయమునకూ ప్రాణప్రకృతికీ తన విశుద్ధ భక్తిప్రపత్తుల నలవరించు టొక్కటే శ్రేయోదాయకమైన మార్గం.

ఏ ఇతరోద్వేగానికి లేని ప్రాబల్యం

ఎట్టి నిగ్రహమునకూ, నిషేధమునకూ అవకాశమివ్వక పూర్తిగా నిన్ను వశం చేసుకోడానికి ప్రయత్నించే లక్షణం కామోద్వేగానికున్నది. తాత్కాలికంగా ఆవేశించి వశపరచుకొనే శక్తి దీనికున్నంత మరియే ఇతరోద్వేగానికీ లేదు. క్రోధం దీని తరువాత వస్తుంది. కావుననే కామాన్ని జయించడం అంత కష్టసాధ్యం.

విపరీత ఫలితానికి దారితీసే పద్ధతి

కామసంబంధమైన భావాలు లేకుండా స్త్రీలతో మెలగగలిగి వుండాలి. అట్లని అది పరీక్ష జెయ్యడం కోసం స్త్రీలతో మెలగబూనుకోవడం సరియైన పద్ధతి కాదు. కామాన్ని జయించే శక్తి పూర్తిగా లేనప్పుడది విపరీత పరిణామానికి దారితీయవచ్చు. తాంత్రికసాధన యందలి బాహ్య విధానంకంటే ఆంతరిక విధానమనుసరించడం అపేక్షణీయం.

స్త్రీని మానవ వ్యక్తిగా చూచే దృష్టి

స్త్రీని స్త్రీయనే దృష్టితో గాక మానవవ్యక్తి అనే దృష్టితో చూడనేర్చుకోవాలి. ఇది చాల కష్టమైన పనే. దీనికి కొంత శిక్షణ కావాలి. ఏలనంటే మనస్సు యీదృష్టినలవరచుకొన్నా ప్రాణమయ ప్రకృతిని నమ్మడానికి వీలులేదు. కావరాకుండానో, హఠాత్తుగానో అది కామసంబంధమైన వినిమయం పట్ల తన పక్షపాతాన్ని ప్రదర్శించవచ్చు.

స్త్రీలతో మెలగుటకు ఉండదగు లక్షణాలు

ప్రాణకోశపు అధోవిభాగములో విశుద్ధత, దృఢత్వము, హృదయములో విశాలత, ఈ లక్షణాలు యితరులతో, ముఖ్యంగా స్త్రీలతో మెలిగేటప్పుడు ఉండటం శ్రేయస్కరం. ఇవి ఎప్పుడూ నీలో ఉన్నట్లయితే కామం ఒకపట్టాన నీలోకి తొంగిచూడ నేరదు.

బాహ్యా సంపర్గ విసర్జన

కామసంబంధమైన బాహ్యసంసర్గను విసర్జించినప్పుడు, అది యింకనూ భావనలో నడుస్తూ వుండడం సామాన్యంగా జరుగుతూ వుంటుంది. దానినికూడా జయించితే కామాన్ని జయించినట్లే. బాహ్యసంసర్గం కామ ప్రవృత్తిని పోషిస్తూ వుంటుంది. అందుకే దానిని పరిహరించాలని అనడం.

భావనలో, స్వప్నంలో కామప్రవృత్తి

కామసంబంధమైన బాహ్యసంసర్గను విసర్జించినప్పుడు, కామం భావనా రూపమూ, స్వప్నరూపమూ ధరించవచ్చు. మెలకువలో అది నిన్ను బాధించకపోతే స్వప్నంవల్ల వచ్చే పెద్ద యిబ్బంది ఏమీలేదు. భావనను జయించడానికి మాత్రం దృఢసంకల్పరూపమైన తపశ్చర్య అవసరం.

భావనారూప కామమును జయించే ఉపాయం

భావనారూపంలో తలయెత్తే కామ ప్రవృత్తులను పుట్టడంతోనే త్రుంచివేస్తూ వుండాలి. నిద్రలోంచి మెలకువవచ్చి ప్రక్కమీదనే యింకనూ పడుకొని

వున్న తామసిక స్థితిలో అవి సులభంగా పొడచూపుతూ వుంటాయి. అప్పుడా తమస్సును వదలించుకొని మనస్సును ఖాళీచేసి మరల నిద్రలోనికి పోవడం మంచిది.

దిగులు చెందవలసిన పని లేదు

కామప్రవృత్తులు నిన్ను వదలకుండా వున్నవని నీవు దిగులు చెందవలసిన పని లేదు. అవి బాహ్యసత్తకు, అవరప్రాణమయసత్తకు సంబంధించిన అలవాట్లు. అవి నీలో పొడసూపయత్నించినపుడెల్ల వాటిని నీవు పూర్తిగా ఆత్మవంచన లేకుండా గుర్తించి త్రోసిపుచ్చుతూ వుండినట్లయితే క్రమంగా అవి కొంత కాలానికి అంతరించి తీరుతాయి.

అవచేతనలో దాగిన కామప్రవృత్తులు

కామప్రవృత్తులు నీలో అవచేతనా విభాగమున దాగివున్నట్లయితే జాగ్రచ్చేతనయందు అవి యెంతమాత్రమూ తలయెత్తకుండునట్లు మొదట శ్రద్ధ గైకొని, పిమ్మట అవచేతనలోనికి గూడా పరచేతన దిగివచ్చునట్లుగా ఆకాంక్షిస్తూ దృఢముగా సకల్పించు. నిద్ర, స్వప్నంలో కూడా నీలో యేదో మేల్కొని వుండి యీ ప్రవృత్తులను గుర్తించుతూ త్రోసివుచ్చుటకిది ఉపాయం.

దేహంలో సంకల్పం నిక్షేపించే పద్ధతి

కామసంబంధమైన కలలు రాకుండా వుండాలని రాత్రి నిద్రించబోయేముందు దేహంలో సంకల్పాన్ని నిక్షేపించడం మూలంగా ఉపయోగం పొందిన

సాధకులు కలరు. ప్రారంభంలోనే కాకపోయినా క్రమేణా యిందువలన ఈకలలకు జన్మస్థానమైన అవచేతనను అదుపులోపెట్టే శక్తివిశేషం రూపొందుతుంది.

తోసిపుచ్చే అలవాటు అవచేతనకు విస్తరింపు

కామవాసనను జాగ్రదవస్థయందు తీవ్రదీక్షతో త్రోసిపుచ్చగలిగితే, ఆ అలవాటు ఒక్కొక్కప్పుడు అవచేతనకుకూడా విస్తరించి, స్వప్నమేదైనా రానున్నట్లయితే దానిని రానీయకుండ నిలుపుదల చేయవచ్చు. ఆ పరిస్థితి యందు కామవాసన బీజప్రాయముగా వున్నప్పటికీ లేనట్లే.

వాఙ్నియమావశ్యకత

శారీరకపరివర్తనకు వాఙ్నియమం చాల అవసరం. అయితే, అతిగా మాట్లాడుట ఎలామంచిదికాదో, అసలే మాట్లాడకపోవడం కూడా అలాగే మంచిదికాదు. మౌనవ్రతం తర్వాత తిరిగి ఎప్పటి వాచాలత్వమే ప్రదర్శిస్తూ వుంటే ప్రయోజనం లేదు. కావలసినది వాగ్వశీకరణం.

వృథాప్రసంగాలు తగవు

నీ చైతన్యస్థాయిని క్రిందికి దిగలాగే వృథాప్రసంగాలను చెయ్యకుండా వుండడం మంచిది. లోతులేని వట్టి మానసిక చర్చారూపంలో సాధనను గురించి మాట్లాడుకోడం కూడా వృథాప్రసంగం క్రిందికే వస్తుంది.

తేలికప సంగాలయెడ ఆసక్తి కూడదు

తేలికప్రసంగాలకు ఉల్లాసపడే లక్షణం బాహ్యసత్తకు సంబంధించినది. అవరప్రాణమయ ప్రకృతియందలి చాంచల్యముడిగి అచ్చోట అప్రయత్న పూర్వకమైన ఆత్మసంయమస్థితి నెలకొనిననే తప్ప యీ తేలిక ప్రసంగాల యందభిలాష కలవారికా అభిలాష పూర్తిగా కట్టువడ నేరదు.

బహిర్ముఖ ప వృత్తికి దోహదకారి

మామూలు సంభాషణ సాధారణంగా అవరప్రాణమయసత్తనుండీ, స్థూల మనసునుండీ ఉద్భూతమై ఆ విభాగపు చైతన్యమును మాత్రమే అభివ్యక్త పరచునది కావడంచేత, అది అంతరంగిక స్థాయిని క్రిందకు దిగజార్చి బహిర్ముఖప్రవృత్తికి దోహదం చేస్తుంది. చాలమంది యోగులు మౌనమును ఆశ్రయిస్తూ వుండడానికి యిదే కారణం.

మాట్లాడితేతప్ప తోచనితనం

కొందరికి సహజమైన వాగ్ధోరణి వుంటుంది. కాని, ప్రాణమయప్రకృతి ప్రధానులగు కొందరికి మాట్లాడుతూ వుంటే తప్ప తోచదు. ఆధ్యాత్మిక దృష్ట్యా యిది ఒక లోపం. సాధనలో ఒక్కొక్కప్పుడు మనం లోనికి చొచ్చి మౌననిష్ఠులం కావలసి వుంటుంది. కనుక యిట్టి శుష్కవాచాలతా శక్తి అవశ్యం జయింపబడవలసినదే.

నిక్కమైన అనుభూతికి నష్టదాయకం

సాధకుడు నిక్కమైన అనుభూతి ప్రవాహంలో తేలియాడేటప్పుడు, శుష్క వాచాలత్వం అంతరంగికశక్తిని చిందరవందరగావించి, గ్రహణయోగ్యత పెంపొందునట్లుగా మానసిక ప్రవృత్తిని కూడగట్టుటకు బదులు చిద్రుప లొనర్చి కొరమాలిన పరిస్థితిని కల్పిస్తుంది. సాధకునకు ఎంతమాత్రం సుఖం వుండదు.

స్థాయిని తప్పించే పరిస్థితి

తేలికసంభాషణలోనికి దిగినప్పుడు స్థాయిని తప్పించే విషయమేదైనా అందులోకి దొర్లే అవకాశం ఎప్పుడూ వుండనే వుంటుంది. చేతనకు స్థానభ్రష్టత్వం కలుగకపోయినా ఒకవిధమైన కుదుపు ఏర్పడినట్లవుతుంది. చేతన అంతరమున సుప్రతిష్ఠితమై వున్నట్లయితే, బాహ్యప్రవృత్తి అంతరమునుండియే నిర్ణయించబడుతుంది గనుక యీచిక్కు వుండదు.

యుక్తసమయములో యుక్తమైన మాట

వాచాలత్వప్రవృత్తికి ఏమాత్రమూ లొంగక, దాని అవసరమును పూర్తిగా త్రోసిపుచ్చి, యుక్తసమయములో యుక్తమైన మాట మాట్లాడడం ఆత్మ సంయమ సాధనలో అతిముఖ్యమైన అంశం. పట్టుదలతో, నిరంతర జాగరూకతతో, దృఢనిశ్చయంతో సాధించవలసిన విషయమిది.

స్థిరత్వంతోకూడిన జాగరూకత అవసరం

దీర్ఘ కాలంగా అలవాటయినవి చప్పున పోవు. వాచాలత్వం అట్టి అలవాటే. జాగరూకత ఉంటే తప్ప వాక్కును నియమించడం కష్టం. అయితే, ఆ జాగరూకత ఆదుర్దాతో కూడినదిగాక స్థిరతాలక్షణంతో ఒప్పారడం అవసరం.

అలవాటును నిరోధించే అలవాటు

అన్న, ప్రాణమయ ప్రకృతికి సంబంధించిన అలవాట్లు మానసిక సంకల్పాధీనములుగాక తమంతతాము ప్రవర్తించునవి యగుటచే, మానసిక సంకల్పబలంతో వాటిని నిరోధించడం సులభంకాదు. వాచాలత్వంవంటి అలవాటును నిరోధించే అలవాటునుకూడా నిరంతరజాగరూకతతో నీవు పెంపొందించుకోవలసి వుంటుంది.

చైత్యపురుషునిచే వాచాలత్వ నిరోధం

వాచాలత్వ నిరోధానికి చైత్యపురుషోన్మీలనం మిక్కిలి సహాయకారి అవుతుంది. వాచాలత్వం నీలో ప్రకోపింపనారంభించినప్పుడెల్ల చైత్య పురుషుడు జోక్యము కల్పించుకొని వలదని అనుశాసిస్తూ వుండినట్లయితే, దాని నిరోధం సుకరం కావడం నిశ్చయం.

వాచాలత్వఫలితంగా అంతస్స్ఫూర్తికి అలసట

అవసరమైన ధోరణిలో వాచాలత్వం అంతస్స్ఫూర్తికి మిక్కిలి అలసటను కలిగిస్తుంది. ఏలనంటే, యీ వాచాలత బాహ్యప్రకృతినుండి జనించు

నట్టిది. దీనికి శక్తి సరఫరాచేయునది మాత్రం అంతస్స్ఫూర్తియే. శక్తి యీ తీరుగా వ్యర్థమయిపోతున్నదనే భావమే అంతస్స్ఫూర్తి అలసటకు కారణం.

అంతరంగిక జీవితము : వాచాలత

బలమైన అంతరంగికజీవితం కలవారుకూడా దీర్ఘకాలానికిగాని ఆ అంతరంగిక జీవితానికి అనుగుణమైన పద్ధతిలో తమ కాయిక, వాచిక బాహ్య ప్రవృత్తులను నియమించుకోజాలరు. వాచాలత బహిర్ముఖవృత్తి సంబంధి యగుటచే అంతరంగిక జీవితంతో దానికి పొత్తుగూర్చడం బహుకష్టం.

సత్యవాఙ్నిష్ఠ అవశ్యకత

సంపూర్ణమైన సత్యవాఙ్నిష్ఠ సాధకునకుండడం చాలా అవసరం. పరమ సత్యమును చేతనలోనికి అవతరింపజేసుకోడానికది మిక్కిలి సహాయకారి అవుతుంది. కాని అది ఏంతమాత్రమూ సులభసాధ్యంకాదుగనుక, నోటికి వచ్చినట్లెల్ల మాట్లాడడం విరమించి కడుముక్తసరిగా మాట్లాడ నేర్చుకోవడం అపేక్షణీయం.

మనోవాక్కులకు వెనుకగా నిలబడే సాధన

మనోవాక్కులకు వెనుకగా నిలబడడమంటే, మనోవాక్కులకుసాక్షియై నిలచి వాటితో తాదాత్మ్యం చెందకుండా, అవి తనకంటె వేరైనవిగా తిలకించడం. ఇట్లు చేసినప్పుడు, వాటి స్వరూపస్వభావాలనెరిగి వాటి నదుపులోపెట్టడానికీ, ఆమోదకరంకానివాటిని త్రోసిపుచ్చి యథార్థములని తోచినవాటినే చింతన చేయడానికీ, మాట్లాడడానికీ సాధ్యమవుతుంది.

ఒక్కమాటుగా అలవడే సాధనకాదు

మనోవాక్కులను సాక్షిగా తిలకించడము, అదుపులోపెట్టడము, యివి ఒక్కమాటుగా అలవడేవికావు. మనోవాక్కులు తనకంటే వేరైనవనే దృష్టి స్థిరపడడానికి కొంతకాలం పడుతుంది. అటుపైన వాటిని తానభిలషించిన పద్ధతిలో అదుపునపెట్టే నేర్పు దృఢపడడానికి మరికొంతకాలం ఆవశ్యకం.

అంతరంగికస్థాయి తప్పకుండే ఉపాయం

చర్చలు, కేరింతలు, వీటిమూలమున చేతన వెలికి త్రోయబడినదవుతుంది. సాధకుడు అంతరంగికస్థాయిని కోల్పోయి తిరిగి దానిని అందుకోలేకపోతాడు. చేతనయందలి బాహ్యతలమున మాత్రమే యీ పనులు చేస్తూ అంతరమున నిలిచివాటిని తిలకించ నేర్చినట్లయితే యీ స్థాయి తప్పవలసిన పనిలేదు.

అంతశ్శాంతి బలంగావుంటే పరవాలేదు

అంతరమందు శాంతి కడు బలంగా వుంటే, వార్తాప్రసంగముల వలన ఏవిధమైన మబ్బూ ఆవరించనేరదు. ఒకవేళ తాత్కాలికంగా ఆవరించినా, వెంటనే తొలగిపోతుంది. కాని, సాధారణంగామాత్రం అట్టి ప్రసంగాల వలన చైతన్యవిక్షేపం జరిగి సాధకుడు మిక్కిలిగా నష్టపోవడమే సంభవిస్తుంది.

ప్రసంగమునకు పిమ్మట దానిపై ఆలోచన

చేసినప్రసంగం పూర్తియయిన పిమ్మట ప్రసంగించబడినదానిని గురించి ఆలోచనచేయడం స్థూలమనస్సునకుండే అలవాటు. ప్రసంగం ముగిసిన తరువాత దానినిగురించి ఆలోచనను వెంటనే పూర్తిగా నిలిపివేయగల సామర్థ్యం సాధకునికుండడం ఆవశ్యకం.

మాటలోనూ, చేతలోనూ తొందరపాటు

మాటలలోనూ, చేతలలోనూ అమితమైన తొందరపాటు వర్జనీయమనుటకు సందేహములేదు. తొందరపడి ఏవేవో నిశ్చయాలు చేయకుండా తలపు నుండి మాటలోనికీ, చేతలోనికీ వెంటనే దుముకకుండా బహిర్ముఖ మనస్సును శిక్షణలో వుంచడం అవసరం.

మాట్లాడాలనే ఉద్వేగం పొంగిరానీయకు

ఏ చర్చసందర్భంలోనైనా మాట్లాడాలనే ఉద్వేగం నీలో అమితంగా పొంగిరానీయకు. చక్కగా ఆలోచించినమీదటగాని ఏమాటా మాట్లాడ బోకు. ఏదిమాట్లాడినా ఎరుకతోకూడిన సంయమంతో అవసరమైనంత మేరకే చర్చకు సహాయమగునంతగా మాత్రం మాట్లాడు.

తీవ్రచర్చలలోనికి దిగవద్దు

వివాదములోనికీ, తీవ్రచర్చలోనికీ దిగవద్దు. చెప్పదగినదేదో, ముక్త సరిగా చెప్పి అక్కడితో వదలివెయ్యి. నీవన్నదే సరియనీ, ఇతరులది

తప్పనీ వివరించబోకు. సత్యపరిశీలనకు సహాయమగునట్లుగా ఒక ప్రతిపాదన చెయ్యడం మాత్రమే నీకర్తవ్యం.

ఇతరుల తీవ్రధోరణికి చలించవద్దు

చర్చసందర్భంలో ఇతరులు తీవ్రతతెచ్చుకొని వివాదంలోకి దిగితే, నీవు కూడా తీవ్రతకు లోనుకావద్దు. నెమ్మదిగా నేవుండి నిశ్చలభావముతో మాట్లాడుతూ, చర్చ మరల సమరసస్థాయిలో పడేటందుకు దోహదం చెయ్యి.

వృధాప్రసంగములకు దూరంగా వుండు

ఇతరులనుగురించిన వృధాప్రసంగములలోగాని తీవ్రవిమర్శలలోగాని నీవు పాల్గొనవద్దు. అవి నీ సాధనకేమాత్రమూ ఉపయోగపడకపోగా ఉన్నత స్థాయిలోని నీ చేతనను క్రిందికి దిగజారుస్తాయి. ఇతరులను నొప్పించే మాటలను నీవు పరిహరించడంకూడా అవసరం.

సర్వవ్యాప్తంగావుండే జబ్బులలో ఒకటి

నానావిధములైన ఊహాపోహలతోను, విపరీతవ్యాఖ్యానాలతోను ఇతరులను విమర్శించే అభ్యాసం సర్వవ్యాప్తంగావుండే జబ్బులలో ఒకటి. ప్రాణమయకోశానికి చెందిన యీ జబ్బును నీవు అరికట్టకపోతే నీ బాహ్యజీవనాన్ని పరివర్తనం చెందింపగల తాహతు అంతరంగికానుభూతికి ఉండనేరదు.

అంతశ్చేతనావికాసానికి ప్రతిబంధకం

నీలోనూ యితరులలోనూ నడిచే ప్రకృతివ్యాపారములను మానసస్థాయిలో అవగాహన చేసుకుంటూ బహిఃప్రవృత్తులలోనికీడ్వబడకుండా నిలువగల గంభీరమైన అంతశ్చేతన నీలో వికాసము చెందవలెనంటే, ఇతరులను చులకనగా విమర్శించే ధోరణిని నీవెంతగా పరిహరిస్తే అంత మంచిది.

అసత్యభాషణములు చేయరాదు

స్వాతిశయప్రవృత్తితోగాని, స్వప్రయోజనాపేక్షతోగాని, అసత్యము పలకడం, సత్యమునకు వికృతరూపమునివ్వడం, ఇవి సర్వసాధారణముగా జరిగేపనులే. తన ప్రకృతి పరివర్తనమును నిజంగాకోరే సాధకుడు సత్యమే పలుకవలెనుగాని అసత్యమున కేమాత్రమూ తావీయరాదు.

ప్రతిదీ ప్రతిఒక్కరికీ చెప్పనక్కరలేదు

పరమసత్యమునకు నీవు ఉపకరణం కావలెనంటే ఎల్లవేళలా నీవు నిజమే పలుకవలెనుగాని అబద్ధమాడరాదు. అట్లని నీవు ప్రతిదీ ప్రతిఒక్కరికీ చెప్పవలసిన అవసరములేదు. సత్యమును అపార్థం చేసుకొనేవారు, దుర్వినియోగం చేసేవారు ఉండవచ్చును గనుక మౌనంగావుండిగాని, మాట్లాడ నిరాకరించిగాని సత్యమును మరుగు పరచడంలో తప్పులేదు.

హాస్యముకోసమైనా అసత్యమాడరాదు

మౌనంగావుండిగాని, మాట్లాడ నిరాకరించిగాని, సత్యమును మరుగు పరచడం వేరు. అసత్యమును ప్రత్యక్షముగా పలుకడంవేరు. హాస్యము కోసమైనా అసత్యమును పలుకడం తగదు. అది నీ చైతన్యస్థాయిని దిగజార్చి వేస్తుంది.

అవసరమైనది మాత్రమే పలకడం నేర్చుకో

అసత్యం పలకడం ఒక్కొక్కప్పుడు తప్పకపోవచ్చునని తలంపరాదు. ప్రతిదీ ప్రతిఒక్కరికీ చెప్పవలసిన విధి యేమున్నది? అలా చెప్పడంవల్ల తరచుగా మేలుకంటె కీడే జరిగే అవకాశమున్నది. కనుక, అవసర మైనది మాత్రమే పలకడం నేర్చుకో. ఆ పలికేది సత్యమే అయివుండాలి గాని అసత్యం కారాదు. మోసగించేఉద్దేశ్యం ఏకోశానా వుండరాదు.

సత్యభాషణకు ప్రమాణం 'మన ఇష్టం' కారాదు

సత్యభాషణం విషయంలో మన ఇష్టమును ప్రమాణంగా తీసుకోడం తగదు. అలా తీసుకోడం ప్రాణమయకోశవాంఛలకు, మనోమయకోశ అభీష్టములకు పట్టాభిషేకం చెయ్యడమే అవుతుంది. ఏ మానసికశిక్ష విధానములోనైననూ సత్యాన్వేషణ ముఖ్యసూత్రమునకది విరుద్ధమే అవు తుంది.

బుద్ధిపూర్వక, అజ్ఞానపూర్వక అసత్యాలు

అసత్యమని తాను ఎరిగినదీ నమ్మినదీ సత్యముగా భాషించడం వేరు. యథార్థమునకు సత్యముకాకపోయినా సత్యమని తాను హృదయపూర్వకముగా విశ్వసించినది సత్యముగా భాషించడంవేరు. మొదటిది బుద్ధిపూర్వకముగా చెప్పిన అబద్ధం కాగా, రెండవది అజ్ఞానపూర్వకముగా పలికిన అసత్యం.

సత్యభాషణమునకుగల ప్రమాణ భేదాలు

వ్యావహారికదృష్ట్యా సత్యభాషణమునకు, పారమార్థికదృష్ట్యా సత్యభాషణమునకు భేదమున్నది. పారమార్థికదృష్ట్యా చూచినప్పుడు, సత్యమునకు ప్రమాణం ప్రతి చేతనాభూమికకు వేర్వేరుగా వుంటుందని మనం మరువరాదు. మనోభూమికకు సత్యమైనది దానిపై భూమికకు సాక్షికసత్యం మాత్రమే కావచ్చు.

పరతరసత్యోపలబ్ధికి మనోన్మీలనము

సాక్షికసత్యంద్వారా మాత్రమే మనస్సు తనకంటె పై భూమికలోని విస్తృతతర, పూర్ణతరసత్యమును చేరుకోవలసి వుంటుంది. పరతరసత్యోపలబ్ధి చేకూరమన్నప్పుడు, అది తన అవరసత్యమునింకనూ పట్టుకొని వ్రేలాడకుండ ఆ పరతరసత్యమును గుర్తించడానికి సిద్ధముగ ఉన్మీలితమై వుండడమే కావలసినది.

పరతరసత్యములోనికి పురోగతి

పరతరచేతన్యతనలో పనిచేయనారంభించినపుడు, ఆ వెలుగును ప్రాణకోశ వాంఛలు కప్పివేసి తనను పెడత్రోవల పట్టించకుండ మనస్సు జాగ్రత్త పడవలసి వుంటుంది. పాక్షికసత్యమునుండి పరతరసత్యములోనికి పురోగతి అపుడు చాల చక్కగా కొనసాగుతుంది.

సత్యనిష్ఠకు పరాకాష్ఠ

మానవుడు అబద్ధములాడకుండ నిజమేమాట్లాడితే అతడు పలికినదెల్ల జరుగుతుందనడం నిజంకాదు. ఏలనంటే, తనమనస్సుకు తెలిసిన సత్యమును పలుకడంమాత్రమే కాదిచట కావలసినది. పరమసత్యమును తెలిసికొని తద్ద్వారమున సకలవస్తుతత్వసాక్షాత్కారమును సైతమాతడు బడయవలసియున్నది.

శారీరకరుగ్మత భోగ్యవిషయంకాదు

కామము, క్రోధము, మాత్సర్యము మొదలైనవి ప్రాణమయప్రకృతియొక్కయు, భ్రమ, అపోహ, పక్షపాతము మొదలైనవి మనోమయప్రకృతియొక్కయు వికారములైనట్లే రుగ్మత శారీరకప్రకృతియొక్క వికారం. వీటిని నిరాకరించి త్రోసివేయవలెనేకాని, ఆమోదించి భోగించాలనుకోడం శ్రేయస్కరం కాదు.

రుగ్మత నీలో తిష్ఠవేసేందుకు దోహదం

రుగ్మతలో కలిగేబాధను సుఖంగా మార్చుకోడం సాధ్యమనేమాట నిజమే. రుగ్మతను సహనంతో నెమ్మదిగా ఓర్చుకోగలిగివుండడంకూడా అవసరం. కాని, దానిని నిరాకరించుటకు బదులుగా ఆమోదించి భోగించే ప్రయత్నం చెయ్యడం అది నీలో తిష్ఠవెయ్యడానికి దోహదం చెయ్యడమే అవుతుంది.

రుగ్మతను నిరాకరించే సంకల్పప్రతిష్ఠ

శరీరచేతన తన పూర్వాభ్యాసవశంచేత ఒకరుగ్మతను తనలోనికి రానిచ్చి దానికి సంబంధించిన బాధలన్నీ అనుభవిస్తుంది. ఇది జరగకుండా చెయ్యడానికి ఈ రుగ్మతాప్రవేశమును నిరాకరించే సంకల్పాన్ని నీ శరీరచేతనలో మేల్కొల్పటం అపేక్షణీయం.

ఉపయోగకరంకాగల తొలిచర్య

శరీరంలో రుగ్మతాప్రవేశమును నిరాకరించే సంకల్పమును ప్రతిష్ఠ చెయ్యడంలో మిక్కిలి కష్టమున్నమాట నిజమే. శరీరంనుండి అంతశ్చేతనను వేరుచేసి, రుగ్మతకులోనైనది నీవుకాదనీ, అది శరీరంలో వస్తూవున్న మార్పనీ గమనించడం యీ సంకల్పప్రతిష్ఠాపనకు తొలిచర్యగా ఉపకరిస్తుంది.

శరీరచేతన పనిచేసేతీరు తెలుసుకోవాలి

శరీరంమంది అంతశ్చేతనను వేరుచేసి చూడనేర్చినప్పుడు, శరీరచేతనను కూడా వేరుగా నీవు గమనించగలిగి అది యెట్లు పనిచేస్తున్నదో, వివిధ విషయస్పర్శలకు ఎట్లు ప్రతిస్పందిస్తున్నదో తెలుసుకోగలుగుతావు. అపుడు దానిని మార్చే ప్రయత్నం సుకరమవుతుంది.

శరీరచేతనోన్మీలనం అత్యంత కష్టసాధ్యం

శరీరచేతన దివ్యశక్తికి ఉన్మీలితంకావడం నేర్చుకున్నకొలదీ శరీరం తరచుగా రుగ్మతకు లోనుకావడం తగ్గిపోతుంది. అయితే, మనలోని యితర విభాగములకంటె శరీరచేతన దివ్యశక్తికి పూర్తిగా ఉన్మీలితం కావడమే అత్యంతకష్టం.

రుగ్మతకు దారితీసే పరిస్థితులు

రుగ్మతఅనేది శరీరంలోగల ఏదో ఒక లోపాన్ని, బలహీనతను, అహిత శక్తుల సంస్పర్శలయెడ అభిముఖ్యమును సూచిస్తుంది. ప్రాణమయకోశపు అవరవిభాగంలోనూ, స్థూలమనస్సుమొదలైన వానిలోనూగల అప్రకృతి విశేషములతోకూడ దానికి తరచుగా సంబంధము కలదు.

కడుంగడు కష్టసాధ్యం

విశ్వాసబలంచేతగాని, యోగశక్తిచేతగాని, స్వశక్తి ప్రసారణముచేతగాని, రుగ్మతను పూర్తిగా పోగొట్టుకోగలిగితే చాలామంచిదే. కాని, తరచుగా

యిది అంతసాధ్యమైనపనిగాదు. ఏలనంటే, దివ్యశక్తికి యావత్ప్రకృతీ ఉన్మీలితం కావడమనేది చాలకష్టం.

మనః, ప్రాణ, దేహముల విభిన్నధోరణులు

విశ్వాసం మనస్సునకలవడి అది ఉన్మీలితమైనా ప్రాణమయకోశము, శరీరము ఆరీతిగా ఉన్మీలితం కాకపోవచ్చును. అట్లుగాక, ఒకవేళ మనస్సుతోపాటు ప్రాణకోశంకూడా ఉన్మీలితమైనా శరీరం వాటిననుసరించ డానికి సిద్ధంకాక తన పూర్వాభ్యాసానికి వశవర్తికావచ్చు.

శరీరప్రకృతికిగల మొండిఅలవాటు

శరీరప్రకృతియందు అభ్యాసమనేదానికివుండే మొండితనం యింతా అంతా కాదు. రుగ్మతకు అవకాశమిచ్చే లక్షణాలనే అది సదా ప్రకటిస్తూ వుంటుంది. అట్టిసందర్భంలో, రుగ్మతానిర్మూలనకు భౌతికసాధనలుకూడా అవలంబించదగినవే.

భౌతికసాధనలకు ప్రాధాన్యమీయరాదు

రుగ్మతానివారణకు భౌతికసాధనలతోడ్పాటుగ్రహించేసందర్భంలో సాధకుడు కేవలం వాటికే ప్రాధాన్యమీయరాదు. దివ్యశక్తిక్రియా కలాపమునకు సహాయకంగా మాత్రమే వాటిని స్వీకరించాలి. తీవ్రప్రక్రియలనుగాక సౌమ్యపద్ధతులనే అనుసరించాలి.

శరీరజడత్వపు ప్రతిరోధం హెచ్చు

రుగ్మతకలిగినప్పుడు తన అంతరంగిక సాధనతోనే సాధకుడు దాని నెదుర్కొని నయంచేసుకోవచ్చు ననడానికి సందేహంలేదు. కాని, శరీర మందలి జడపదార్థపు జడత్వగుణ ప్రతిరోధం హెచ్చుగావుండే హేతువు చేత, ఇది ఎల్లవేళలా సులభసాధ్యమైన పనిగాదు. చలించనిపట్టుదలతో సాధించవలసిన పనియిది.

ఆగంతుకదీర్ఘ రోగాల నివారణయత్నాలు

ఆగంతుకంగా వచ్చిన ఒకరుగ్మతను అంతరంగిక సాధనచే నయంచేసుకోవడం కొంతతేలిక. కాని, అది మళ్ళీ రాకుండా శరీరాన్ని దిటవుపరచుకోవడం అంత సులభంకాదు. దీర్ఘరోగాన్ని కుదుర్చుకోడం మరింతకష్టం. ఆగంతుకరోగం వదలినంతతేలికగా అది శరీరాన్ని వదలిపెట్టదు.

రుగ్మతను నివారించేశక్తి పెరుగుదల

అంతరంగికసాధనచేత రుగ్మతను పెరగనివ్వకుండా చేయగలిగితే అది కొంతమేలే. క్రమంగా అభ్యాసంచేత దివ్యశక్తిని పెంపొందించుకొంటూ తుదకారుగ్మతను పోగొట్టుకోవలసి వుంటుంది. శక్తి ఆవిర్భూతం కానంత కాలం భౌతికసాధనల తోడ్పాటును పూర్తిగా త్రోసిపుచ్చనవసరం లేదు.

శక్తి ప్రసారణకు ప్రతిరోధాలు

నీ చేతనయందేదియో శక్తి ప్రసారణకు ప్రతిస్పందించకుండా వున్న

ప్పుడు, నీవు ఔషధసేవ చేయవలసి వుంటుంది. తరచుగా భౌతికచేతన యందేదియో ఇట్లు ప్రతిస్పందించకపోవడం కద్దు. ఒక్కొక్కప్పుడు అవచేతనా విభాగమునందే ప్రతిరోధం ఏర్పడుతూ వుంటుంది.

శక్తిస్పర్శ అమోఘమయ్యే పరిస్థితి

జాగ్రదవస్థయందలి మనః, ప్రాణ, శరీర చేతనలతోపాటు అవచేతన కూడా శక్తి ప్రసారణకు ప్రతిస్పందించేస్థితి యేర్పడినప్పుడు, శక్తిస్పర్శ ఏకాంచెముగాకలిగిననూ అయ్యది నిన్ను బాధిస్తున్న రుగ్మతను నివారణ చేయడమేకాక, మరల అది ఎప్పటికీ తలయెత్తకుండాకూడ చేయగలదు.

భౌతికచేతనయందలి అవచేతనావిభాగం

భౌతికసత్తకు రుగ్మతకల్పించే 'సూచనలు' సామాన్యంగా అవచేతన నుండియే కలుగుతూ వుంటాయి. ఏలనంటే, యీ భౌతికసత్తలోని విశేషభాగం అవచేతనలోనిదే. అనగా నిగూఢమైన ఆ విభాగములో కదలాడెడి ప్రవృత్తులు మనస్సునకు తెలియబడవు.

అవచేతనకు ఉండెడి సామర్థ్యం

భౌతికసత్తయందలి అవచేతనావిభాగపు ప్రవృత్తులు మనస్సునకు తెలియబడనివే అయినా, వెలుపలనుండి ప్రసారితమగు శక్తిసూచనలను గ్రహించే సామర్థ్యం ఆ అవచేతనకు ఉంటుంది. దానికాసామర్థ్యమే లేని యెడల, దివ్యశక్తి సూచనలకు దానినుస్మీలితంచెయ్యడం పొసగనేరదు.

మానసికసూచనలతో వ్యాధుల నివారణ

వెలుపలనుండి ప్రసారితమయ్యే శక్తిసూచనలను గ్రహించగల సామర్థ్యం అవచేతనకు కలదని యూరప్, అమెరికాలలో పెక్కుమంది గుర్తించి శరీరమునకు మానసిక 'సూచనలు' కొన్ని చేయడంద్వారా వ్యాధులను నివారణ చేస్తున్నారు. ఈ మానసికసూచనలు అవచేతనలో నిగూఢంగా పనిచేసేసూచనలను ప్రతిహతం చేస్తాయి.

వ్యాధికి నిగూఢకారణం

ఫ్రాన్సుదేశములో ఘనవైద్యుడొకరు మానసికమైన ప్రతిసూచనలను రోగులు తమ శరీరమందు కల్పించుకొనేటట్లు చేయడం ద్వారా వేల కొలదిమందికి రోగములు నివారించినాడు. రోగములు కేవలం భౌతిక కారణంవలనగాక శరీరంలోని నిగూఢచేతనపు అలజడులవలన కలుగు తున్నవనేది యిది నిరూపిస్తుంది.

రోగభావన మొదట సూచనామాత్రమే

రోగభావన మొదట ఒక సూచనామాత్రముగనే కలుగుతుంది. నీ భౌతిక చేతన దాని నామోదించడంతో అది అటుపైన వాస్తవికరూపం ధరిస్తుంది. మనస్సులోని ఒక తప్పుసూచనను మనస్సు ఆమోదిస్తే తికమక ఏర్పడి ప్రసన్నతకొరకై అటుతరువాత చాల శ్రమపడవలసివచ్చునట్లే శరీరచేతన లోని రుగ్మతల విషయంలోకూడా.

రోగమును త్రోసిపుచ్చే పద్ధతి

రోగమును ఆమోదించకుండా నీ భౌతికమనస్సుచే త్రోసిపుచ్చి, తద్వారా నీ శరీరచేతనకూడా దానిని త్రోసిపుచ్చునట్లు చేయడానికి సహకరించు. ''నే నారోగ్యవంతుడనే, ఆరోగ్యంగానే వుంటాను'' అనెడి ''మారు సూచన''ను నీ శరీరానికి చేయడంకూడా మంచిదే.

''సూచన'' అంటే

శరీరానికి సూచనచెయ్యడమంటే, అది కేవలం తలపులతోనూ మాటల తోనేకాదు, 'నిద్రపో' అని హిప్నాటిష్టు అన్నప్పుడది 'సూచన'యే. అట్లుగాక, ఏమీమాట్లాడకుండానే నిద్రవచ్చేటట్లుచేయుటకు కేవలం మౌనముగా సంకల్పించినా లేక ముఖముమీదుగా తన చేతులు కదిపినా అదియూ సూచనయే అవుతుంది.

"సూచన" పనిచేసే పద్ధతి

ఏదైనా ఒకశక్తిని, లేక ఒక రోగస్పందనను నీ పైకి ప్రసరింప జేసినప్పుడు అది నీ శరీరానికి ఒక సూచనను అందజేస్తుంది. ఒకవిధమైన స్పందనతో ఒక తరంగం శరీరంలో పొటమరిస్తుంది. శరీరానికి జలుబుగుర్తుకువస్తుంది. లేక శరీరం జలుబు సంబంధమైన స్పందనలు పొందుతుంది. అంతట అది తుమ్మటం, దగ్గటం చలిగా ఉన్నదనుకోడం మొదలుపెట్టుతుంది.

మనస్సుకు కలిగిన "సూచన"

రోగసంబంధమైన 'సూచన' శరీరానికి కలిగినట్లుగానే మనస్సుకుకూడ కలుగుతుంది. 'నేనుబలహీనంగావున్నాను; నాకుఏమీబాగాలేదు, నాకు జలుబుపట్టుకున్నది"అనేధోరణిలో యీ "సూచన" కలిగి మనస్సు దానికి వశమవుతుంది.

మామూలురుగ్మతకంటే వేరైనరుగ్మత

భౌతికకారణముల ఫలితముగా మామూలుపద్ధతిలో వచ్చేరుగ్మత మామూలురుగ్మత. అట్లుగాక, తగిన భౌతికకారణం ఏమీ లేకుండానే యోగసాధనలో పురోగతినవరోధించడానికై అహితశక్తులు కల్పించునట్టి రుగ్మత వేరొకరకమైనది.

చూడనేర్చినవారికి భేదం సుస్పష్టమే

యోగవిరోధులైన అహితశక్తులు కల్పించేరుగ్మతకూడా జలుబు మొదలైన మామూలురుగ్మతల మాదిరిగానే కనిపించ వచ్చును. కాని, బయటి లక్షణములు, ఫలితములచేగాక, ఈశక్తులచేష్టలను చూడనేర్చిన కంటికి వాటిభేదం చాలస్పష్టంగా కనిపిస్తూనే వుంటుంది.

"సూచన" చేయబడేది అవచేతన విభాగానికే

బలహీనతాసంబంధియగు 'సూచన' శరీరచేతనయందలి అవచేతనా విభాగానికి అందుతుంది. అందుచేత మనస్సుకు దానినిగురించి సర్వ

సామాన్యముగా ఏమీతెలియదు. శరీరమునకైనా ఎరుక ఉండివుంటే దానిని అదనులో కనిపెట్టి కార్యరూపం ధరించకముందే త్రోసిపుచ్చడానికి వీలుండేది.

'సూచన' మన సొంతభావనకాదు

సూచన'' అనేది మన సొంతఆలోచన, సొంతభావనకాదు. అది బయటి నుంచి, ఇతరులనుంచి, వాతావరణంనుంచి, బాహ్యప్రకృతినుంచివచ్చేది ఆలోచన, లేక భావన. దానిని స్వీకరించడం జరిగినప్పుడది మనలను అంటుకొని మనలో పనిచేస్తూ మన ఆలోచన, మన భావన అయినట్లుగానే పరిగణింపబడుతుంది.

వైద్యచికిత్స అవసరమయ్యేపరిస్థితి

సంశయము, అలసత, నిరుత్సాహము, అసమర్థత మొదలైనకారణాలవల్ల దివ్యశక్తికి ప్రతిస్పందించే సామర్థ్యం శరీరానికి లేకపోయినప్పుడు రుగ్మతకు వైద్యచికిత్స పొందడం అవసరమే. అట్లుపొందడంవలః దివ్యశక్తి మనలో పనిచేయడం విరమిస్తుందని ఎంతమాత్రమూ భావించ నక్కరలేదు.

వైద్యచికిత్స దివ్యశక్తి విరోధకంకాదు

వైద్యచికిత్స మనంపొందేసందర్భంలోకూడా దివ్యశక్తి మనలోపనిచేస్తూ, శరీరంలోని ప్రతిరోధాన్ని నేరుగా తొలగించడానికి వైద్యచికిత్సను తనకు సహాయకంగా మార్చుకుంటుంది. ఏలనంటే, భౌతికసాధనలకు ఎక్కువ సులభముగా ప్రతిస్పందించెడి లక్షణం శరీరానికున్నదిగదా!

శరీరబాధనుండి విడివడడం నేర్చుకో

ప్రాణమయకోశపు అసద్వృత్తి ప్రకోపసందర్భంలో దానినుండి విడివడి దానిని చూడనేర్చుకొనుమాదిరిగానే, శరీరబాధనుండికూడా విడివడి దానిని చూడనేర్చుకొన్నట్లయితే ఆ బాధను దివ్యశక్తిప్రసారంచేత తొలగించడం ఆపైన సుకరమవుతుంది. బాధకు నీవు వశుడవై పోవడం జరగదు.

దివ్యశక్తి ఏకధాటిగా పనిచేయుటకవరోధం

శరీరబాధను తొలగించగలసామర్థ్యం దివ్యశక్తికున్నది. కాని, సాధకుడు శరీరబాధనుండి విడివడి దానిని చూడడం నేర్వనివాడై దానికి వశుడగుచూ తల్లడిల్లిపోతూవుంటే, అట్టిపరిస్థితిలో దివ్యశక్తి ఏకదాటిగా దానిని తొలగించడానికి కృషిచేయడం కష్టమవుతుంది.

వరాలఉద్రిక్తతకు కారణం

వరాలఉద్రిక్తతకు లోనుగాక సకలవస్తుయందునూ స్థిరతను చిక్కబట్టుకొన నేర్చినప్పుడే సాధనలో క్రమాభివృద్ధి సాధ్యమవుతుంది. వరాలఉద్రిక్తతకు నీవు లోనైనకొలదీ దానికిసంబంధించిన అలజడులు నీలో పెంపొందుతవి గాని తరుగనేరవు.

శరీరాణువులకు సైతం స్థిరతాసిద్ధి

క్రుంగదీసెడిభావాలు నిన్ను వశపరచుకోకుండా స్థిరతను చిక్కబట్టుకో డానికి నీవెప్పుడూ జాగరూకుడవై వుండడం అవసరం. మనస్సు అట్టి స్థిరతతో పరశక్తులకు ఉన్మీలితంకాగలిగినప్పుడు ఆ స్థిరతను అటుపైన శరీరచేతనకు, శరీర అణువులకుకూడా అది సంక్రమింపజేయ గలుగుతుంది.

చికిత్సావిధానంలో ఫాషన్లు

ఇంజక్షనులు నేడొకపాషనయిపోయినాయి. ప్రతిదానికీ, 'ఇంజెక్షన్, ఇంజెక్షన్,ఇంజెక్షన్'. ఆధునికకాలంలో యిలాంటిఫాషన్లు వైద్యవిధానంలో అనేకం వచ్చాయి. ఒక పాక్షికసత్యమునాధారము చేసుకొని ప్రతిదీ బయలుదేరుతుంది. దానివలన కొన్నిలాభాలూ వుంటవి. నష్టాలూ వుంటవి.

విభిన్నమతాలవలెనే విభిన్నవైద్య రీతులు

వేర్వేరుదిక్కులనుంచి అన్నిమతాలూ, తత్వవిచారణలూ పరతత్వమును నిర్దేశిస్తూ వున్నట్లే వైద్యచికిత్సావిధానాలలో ఫాషన్లు అన్నీ కూడా ఆరోగ్యసిద్ధికి మార్గములే. కాని అవి ఖాయంగా మనలను గమ్యానికి చేరుస్తున్నాయనడానికిమాత్రం వీలులేదు.

బాధకు కారణం పరిచ్ఛిన్నత

అవిద్యయందలి భవుతికచేతన తనకు కలిగెడి సంస్పర్శలను భరించలేనంత పరిచ్ఛిన్నమగుటచే బాధ అనేది కలుగుతూ వున్నది. పూర్ణజ్ఞానముతో కూడిన పూర్ణానుభవసంపదగల విశ్వచేతనయందు సకలసంస్పర్శలూ ఆనందరూపములే.

బాధను చైత్యపురుషుడు గ్రహించే తీరు

విశుద్ధమైన ఆత్మతత్త్వమునకు ఏవిధమైన బాధయునులేదు. హృదయాంతర్గతుడైన చైత్యపురుషుడీబాధను ప్రశాంతముగా స్వీకరించి "ఏమిచేయదగునో అదిచేయు" మని పరమేశ్వరునకు నివేదిస్తాడు.

అవచేతనా చేతనల పరివర్తనము



అవచేతనపర్యంతమూ పరివర్తనావశ్యకత

అతిమానసపరివర్తనము మనస్తత్త్వయందు అట్టడుగునగల అవచేతనా విభాగంపర్యంతమూ సంపూర్ణముగ కొనసాగవలసి వున్నది. లేనియెడల మనస్తత్త్వయందేదో ఒకభాగంపై అవరప్రకృతి తన అధికారం చలాయిస్తూనే వుంటుంది.

అవచేతనాప్రవృత్తుల ప్రాబల్యస్థితి

అజ్ఞానభూయిష్ఠమైన చీకటిప్రదేశం అవచేతన. అందుచేత, తెలియరానివగు ప్రకృతివ్యాపారములచట బలవత్తరములై వుండటంసహజం. ప్రాణమయ కోశపు అధోవిభాగంలగాయతు దిగువనుండే అవరప్రకృతివిభాగము లన్నింటిలక్షణమూ ఈవిధంగానే వుంటుంది.

అవచేతనలోనికి వెలుగు ప్రసారం

అవచేతననుంచి మంచివృత్తులుకూడా నక్కృత్తుగా పైకిరావడంకద్దు. సాధనయందు అవచేతనలోనికికూడా వెలుగును ప్రసరింపజేసి శారీరకప్రకృతి యందు అవరప్రవృత్తులకుగాక పరచేతనకు దానినాధారభూమిగజేసుకోవడం అవసరం.

సరియైన సంస్కారాలనిలయంగా మార్పు

అవచేతన వెలుగుచే నింపబడి సత్యమునకు ఒకవిధమైన ఆధారభూమిగా రూపొందించబడినప్పుడు, సరియైన సంస్కారాలకేనిలయంగా అది మార్పు చెందుతుంది. పరమసత్యమునకు శారీరకప్రతిస్పందనలు సరియైనపద్ధతి లోనే కలుగుతాయి.

ఒకవిధమైన బ్యాంకుగా పరివర్తనం

అవచేతన సత్యమునకు ఆధారభూమిగా మార్చబడినప్పుడు, దానికిక అవచేతనయనుటకే వీలులేదు. కావలసినప్పుడెల్ల వాడుకోడానికి వీలుగా సత్యమైనవిలువలు, వంపదలు నిలువచేసిన ఒకవిధమైన బ్యాంకుగా అది మారిపోతుంది.

అవరప్రాణకోశవృత్తుల బీజస్థానం

అవచేతనలోనికి చేతనను, వెలుగును తీసుకురానట్లయితే పరివర్తనం సాధ్యం కానేరదు. అవరప్రాణమయకోశ ప్రవృత్తుల బీజములన్నీ అవచేతనలోనే వున్నాయి. అవరప్రాణమయకోశాన్ని ఎంతగా శుభ్రంచేసినప్పటికీ అవి క్రిందనుంచి తిరిగి మొలకెత్తవచ్చు. శారీరకచేతన రహస్యములస్థానంకూడా అవచేతనమే.

అవచేతనలోనికి వెలుగు చొరబారితే

అవచేతనలోనికి వెలుగుచొరబారి దానిలో మార్పు తెచ్చినప్పుడు, అవచేతనలో ఏమివున్నదో మనకు సులభంగా తెలియమొదలుపెట్టుతుంది. అందులోనుంచి బయలుదేరేవి జాగ్రచ్చేతనను తాకి అద్దానిని ప్రభావితం చెయ్యకముందే అవి మన మనస్సునకు తెలియబడుతాయి.

× × ×

అవచేతనలోనికి వెలుగు చొచ్చి దానిని మార్చినప్పుడు, అజ్ఞప్రవృత్తులకది వాసస్థానం కావడం క్రమక్రమంగా తగ్గిపోయి, పరచేతనకు అప్రయత్నంగా ప్రతిస్పందించే లక్షణాలు దానిలో అంతకంతకు పెంపొందుతాయి. అహితశక్తుల 'సూచన'లకు దారియిచ్చే లక్షణం తగ్గుమొగం పట్టుతుంది.

× × ×

అవచేతనలోనికి వెలుగు చొచ్చి దానిని మార్చినప్పుడు, నిద్రలోకూడా ఎరుక కలిగివుండడమూ, ఉన్నతస్థాయికిచెందిన స్వప్నానుభూతులు కలుగడమూ సుకరమవుతుంది. కామప్రేరణవంటి అవాంఛనీయ స్వప్నాలను స్వప్నంలోనే అరికట్టి స్ఖలనాదులను నివారించవచ్చు.

× × ×

అవచేతనలోనికి వెలుగు చొరబారినప్పుడు, నిద్రపోయేముందు మెలకువలో మనంచేసిన సంకల్పప్రభావం స్వప్నావస్థపై ప్రసరించేటట్లు చేయవచ్చు. సాధనపరిపక్వమైనకొలదీ ఈ శక్తివిశేషం అంతకంతకు వృద్ధి చెందుతుంది.

ఎరుకలోని విభాగాలు ముందు సన్నద్ధంకావాలి

ఎరుకలోనున్న విభాగాలను ముందు సన్నద్ధంచేస్తేతప్ప, అవచేతనను సంబాళించడం సాధ్యంకానేరదు. గాయకుడు తనగానధర్మాన్నీ, ప్రస్తార రీతినీ మొదట తనజ్ఞానేచ్ఛా, రసగ్రహణశక్తులచే అవగాహనచేసుకొని చేతివ్రేళ్ళకు నేర్పినప్పుడే, ఆ వ్రేళ్ళలోని అవచేతన కంటితో చూడ వలసిన అవసరంలేకుండానే సరియైన మెట్లపై వ్రేళ్లు అప్రయత్నంగా పడేటట్లు చేస్తుంటకదా!

శరీరంపై అవచేతన ప్రభావం

శరీరం అవచేతనలోనుండియే రూపొందినందువల్లను, పాక్షికంగామాత్రమే ఎరుకగలిగి అవచేతనయందే చాలవరకు ప్రవర్తించునదగుట చేతను, దానిపై అవచేతన ప్రభావం చాలహెచ్చుగ వుంటుంది. జాగ్రదవస్థలోని మనస్సంకల్పములు అవచేతనయందంతగా దానిని ప్రభావితం చెయ్య జాలవు.

అవచేతనాప్రభావం శరీరంపై లేకపోతే

జాగ్రదవస్థలయందలి మనః, ప్రాణముల సంయమం సుప్రతిష్ఠితమై అవచేతనకూడా దానినామోదించినప్పుడే, ఆ సంయమప్రభావం ప్రబలమై విరాజిల్లగలుగుతుంది. అవచేతనాప్రభావం శరీరంపై లేనట్లయితే వ్యాధులురావు. ఒకవేళవచ్చినా మనఃసంకల్పంతోనే నివారణచేసుకోవచ్చు.

పరచేతనను క్రిందికితెచ్చే అవశ్యకత

అవచేతనాప్రభావం శరీరంపై ప్రబలంగావున్నకారణంచేతనే పరచేతనను క్రిందికిగొనివచ్చి శరీరంలోనికి, అవచేతనలోనికి ఆ వెలుగును ప్రసరింప జేయవలసిన అవసరమేర్పడుతున్నది. అలాచేసినప్పుడే అవి వెలుగుకు విధేయముకావడం అలవరచుకొంటాయి.

ఎరుక తప్పిపోయేప్రమాదం

శరీరంపై అవచేతన ప్రభావం చాలా హెచ్చుగనుక, శరీరచేతనలో మార్పునకు అవచేతనయందు సాధన అత్యావశ్యకమయ్యే మాటనిజమే. కాని యిట్టి సాధనలో మొదట్ల ఎరుక తప్పిపోవడం జరుగుతూ వుంటుంది గనుక, అది అలవాటుగా మారిపోకుండ సాధకుడు జాగ్రత్తపడడం అవసరం.

దృఢసంకల్పమే ఉపాయం

అవచేతనయందు సాధనచేసేటప్పుడు ఎరుక తప్పిపోకుండా ఉండడానికి, యీ లక్షణం మారిపోవాలనే గట్టిసంకల్పాన్ని ప్రవేశపెట్టడం అవసరం. ఇందుకు పెద్దఘర్షణ ఏమీ అక్కరలేదు. ఎరుక తప్పిపోయే అలవాటు క్రమంగా తగ్గిపోతుంది.

చేతనను నిర్విషయమొనర్చేసాధన

చేతనను నిర్విషయమొనర్చి నీరవస్థితిలోవుంచే సాధన అంతశ్చేతనలో నివసించే యోగ్యతను సాధకునకు అలవరిస్తుంది. బాహ్యచేతనలో నివ

పించుటకు మారుగా అతడు బాహ్యజగత్తులో వ్యవహరించడానికి సాధనగా మాత్రమే బాహ్యచేతన నుపయోగిస్తారు.

పాదములకు దిగువను అవచేతన

మన యిప్పటి చేతనకుపైగా శిరస్సునకు ఊర్ధ్వమున పరచేతన వున్నట్లే క్రింద పాదములకు దిగువను అవచేతన వున్నది. జడద్రవ్యము దీనిలో నుంచే సృష్టించబడినందున దీని అధీనంలోనే వుంటుంది. జడపదార్థం అచేతనంగా మనకు గోచరించడానికి కారణం ఇదే.

భౌతికశరీరపు అవచేతనాధీనత

మన భౌతికశరీరం అవచేతనాధీనమై వుండడానికికూడా అవచేతనలోనుంచి అది సృష్టియగుటే కారణం. ఈ హేతువుచేత మనశరీరంలో ఏమి జరుగుతూవున్నదో మనకు తెలియకపోవడమనేది సంభవిస్తూ వుంటుంది.

నిద్రలో జరిగేపని

మనము నిద్రలోవున్నప్పుడు, మన బాహ్యచేతన అవచేతనలో నిమగ్న మవుతుంది. అందుచేత కొన్నికలలు తప్ప నిద్రలో వున్నప్పుడు మనలో ఏమిజరుగుతువున్నదో మనకు తెలియదు. చాలా కలలు అవచేతనలోనుంచే పొటమరించి అసంగతంగా కూర్చబడిన పూర్వసంస్కారాలమయంగా వుంటాయి.

వివిధజన్మలలోని అనుభవ సంస్కారాలు

వివిధజన్మలలోని మన కర్మానుభవముల సంస్కారములన్నింటినీ అవచేతన స్వీకరించి తనలో గుప్తపరచినదై వాటిలోని కొన్నితునకలను తరచుగా నిద్రాస్థితిలో పైకి పంపుతూ వుంటుంది. మన జాగ్రచ్చేతనయందలి సంకల్పబలంచేత యీ అవచేతననెంతమాత్రమూ మార్చలేము.

కారణంతెలియని దుఃఖానుభవం

అవచేతనాప్రవృత్తులు ఏ కారణమూ లేకుండానే ప్రవర్తిల్లుతూ వుంటాయి కారణంతెలియని దుఃఖం కలిగితే దాని మూలం అవచేతనలో వున్నదన్న మాట. అట్టి దుఃఖం కలిగినప్పుడు అది నీదిగా భావించక దానినుండి వేరుపడి దానిని త్రోసిపుచ్చడం నేర్చుకో.

కలలలో కామక్రోధాలు

కామక్రోధములు జాగ్రదవస్థలోని మనఃప్రాణకోశములను ఎంతమాత్రమూ బాధించనిస్థితి మనకు ఏర్పడిన సందర్భంలోకూడా అవి కలలో తల యెత్తుతూ వుండవచ్చు. అవచేతనాక్షాళనానంతరమునగాని అవి పూర్తిగా అంతరించవు. వీటి తత్వం తెలిసి నిర్లిప్తంగా వుండడం నేర్చుకుంటే వీటికి ప్రాధాన్యమీయవలసిన పనిలేదు.

త్రోసిపుచ్చబడిన కోర్కెలు

విశ్వప్రకృతినుండి మన శారీరకచేతనలోనికి వచ్చి అచట తిష్ఠవేసిన పూర్వాభ్యాసాలనూ, కోర్కెలనూ మన జాగ్రచ్చేతన త్రోసిపుచ్చినపుడవి అవచేతనలోనికిగానీ, పరిసరచేతనలోనికిగానీపోయి అచటినుండి మరల లోనికిరావడానికి ప్రయత్నిస్తూ వుండవచ్చు. అవచేతనలోనుండి వచ్చేది స్వప్నావస్థలోను జాగ్రదవస్థలోనూకూడా రావచ్చు.

పరిసరచేతననుండి ప్రవేశించేవి

త్రోసిపుచ్చబడిన వృత్తులు పరిసరచేతనలోనుండి మరల మనలోనికి వచ్చేటప్పుడు, సూచనల రూపంలోనో, ప్రేరణల రూపంలోనో, అస్పష్టమైన అశాంతి రూపంలోనో రావడం కద్దు. దివ్యశాంతినీ, దివ్యశక్తినీ అనుభవించే సాధకులు దీనినవలీలగా గుర్తించగలుగుతారు.

పరిసరచేతనయనగా

పరిసరచేతనయనగా, ప్రతివానిచుట్టూ అతని శరీరానికి వెలుపల అతనికి తెలియకుండానే ఆవరించి వుండే చేతన. దీనిద్వారానే ఇతరులతోనూ విశ్వశక్తులతోనూ అతనికి స్పర్శ ఏర్పడుతూ వుంటుంది. దాని ద్వారానే ఇతరుల భావాలు విశ్వశక్తితరంగాలు అతనిలోనికి ప్రవేశిస్తాయి.

త్రోసివేసిన తలపుల పునరాగమనం

పూర్వం నీలోవుండి నీచే త్రోసివేయబడిన తలపులు నిద్రలోగాని, నిద్ర నుండి మేల్కొనబోయేస్థితిలోగాని నీలో తిరిగి తలయెత్తడం రెండు విధాలుగా సంభవించవచ్చు./ ఒకటి - వాటితాలూకు సంస్కారాలు అవచేతనలో మిగిలిపోయి ఆ విధంగా తలయెత్తడం కద్దు. లేక, అవి పరిసర చేతనలోనికి పోయివుంటే అక్కడనుంచి తిరిగి నీలో ప్రవేశించడానికి ప్రయత్నించడమూ కద్దు.

మెలకువగా ఉన్నప్పుడు ప్రవేశించలేవు

నీచే త్రోసివేయబడిన తలపులు నీవు మెలకువగా వున్నప్పుడు తిరిగి నీలో ప్రవేశించడం కష్టం. ఏలనంటే, ఒకవిధమైన సంయమం ఆ మెలకువలో నీకు ఉంటుంది. నిద్రలో యీ సంయమం తప్పుతుంది కనుక ఇది అవకాశంగా తీసుకొని అది నీలోనికి నిద్రలోగాని, నిద్రనుండి మేల్కొనబోయే స్థితిలోగాని ప్రవేశించడం జరుగుతూ వుంటుంది.

వెలిశక్తుల దాడి

ఒక్కొక్కప్పుడు నీచే పూర్వం త్రోసివేయబడిన తలపులుగాక క్రొత్తవి, నీవి కానివి నీలో ప్రవేశించడం సంభవించవచ్చు. అవి నీ అవచేతనయందు సంస్కారరూపంలో మిగిలిపోయినవీ కావు. లేక, పరిసరచేతన నుండి నీలోనికి తిరిగి ప్రవేశిస్తున్నవీ కావు. అట్టి సందర్భంలో, ఏదో వెలిశక్తి యొకటి నీపై దాడి చేస్తున్నదని అర్థం.

పరిహరించే ఉపాయం

త్రోసివేయబడిన తలపులు నిద్రలో మరలమరల నీలో తలయెత్తుతూ వుంచే, అట్టిది జరగరాదని నిద్రపోయేముందు నీవు గట్టిగా సంకల్పించ డమే వాటిని పరిహరించడానికి మంచి ఉపాయం. అవచేతనకు యీ విధమైన సూచన వెంటనేకాకపోయినా క్రమేణా విజయవంతంగా పని చేస్తుంది. జాగ్రత్సంకల్పానికి విధేయం కావడం అవచేతన పైతం నేర్చుకొంటుంది.

అవచేతనావృత్తుల దాడి శమించిపోయే స్థితి

మనస్సుపై అవచేతనావృత్తుల దాడి శమించిపోవడమనేది మంచిదే. అవి మరల అవచేతనలోనికి ఉపసంహృతములై అచట అణగారి వుంటవని అనుమానించనక్కరలేదు. జాగ్రచ్చేతననుండి అవి వెలికి త్రోసివేయ బడినట్లుగానే భావించవచ్చు. అవచేతనలో ఇంకా మిగిలిపోయినవి ఏవైనావుంచే అవిమాత్రం వెనుకటివానివలె మనస్సుపై దాడి చేయడం జరుగుతూ వుంటుంది.

పరిసరచేతనలోనికి చేరుకున్న వృత్తులు

త్రోసిపుచ్చబడి సంస్కారరూపంలో అవచేతనలోనికి దిగజారువృత్తులు మాత్రమే నీకు సంబంధించినవి. త్రోసిపుచ్చబడి పరిసరచేతనలోనికి చేరిన వృత్తులు నీకు సంబంధించినవికావు. అవి తిరిగి నీలోనికి ప్రవేశింప జూచేయెడల పరాయివిషయములుగానే వాటిని పరిగణించి వాటికి నీలో ఎట్టి చోటూ యివ్వకుండ జాగ్రత్తపడటం అవసరం.

హానికరమైన తలంపు

అవచేతననుండి పైకిలేచే వృత్తులు వాటంతటవి శమించిపోయే పర్యంతమూ వాటిని అలా మరలమరల పొటమిరింపనివ్వడం మంచిదేయని తలంచరాదు. అట్టి దృక్పథం నీలోని చిక్కుపరిస్థితిని అనవసరంగా పెంచి నీకు హాని చేస్తుంది. పైకిలేచిన యీ అవచేతనావృత్తులను గమనించి త్రోసిపుచ్చవలెనేగాని నిలువయుండనీయరాదు.

ఫ్రాయిడ్ "సైకోఎనాలిసిస్"

ఫ్రాయిడ్ ప్రతిపాదించిన 'సైకోఎనాలిసిస్' ను యోగాభ్యాసంతో ముడిపెట్టడం ఎంతమాత్రమూ తగదు. ప్రకృతియందలి అత్యంత ప్రమాదకరమైన, మిక్కిలి అనారోగ్యకరమైన ఒకానొక చీకటికోణమును గైకొని అందలి కొన్ని రోగిష్ఠిలక్షణములకు ప్రకృతిలో వాటికున్నదానికంటె విపరీత ప్రాధాన్యమిస్తూ ఫలితముల నాలోచించడం యీ సైకోఎనాలిసిస్ విధానమై వున్నది.

ఆధునిక మనోవిజ్ఞానశాస్త్రపు పరిస్థితి

ఆధునిక మనోవిజ్ఞానశాస్త్రం తొందరపాటులు, తడబాటులతోకూడి అపరిపక్వస్థితిలో అతిబాల్యావస్థలోనున్న శాస్త్రం. ఒక పాక్షికసత్యమును గైకొని విపరీతముగా దానిని సాధారణీకరించి తన సంకుచితదృష్టితో యావత్ప్రకృతిస్వరూపమునూ వివరింప యత్నించే మానవమనస్సుకుగల అలవాటు బాల్యావస్థలోనున్న ఇతర శాస్త్రములలోవలెనే ఇచట కట్టలు త్రెంచుకొని విజృంభించినది.

కడుప్రమాదకరమైన అసత్యకల్పన

అణచివేయబడిన స్త్రీపురుషసంబంధమైన ప్రవృత్తుల సంక్లిష్టపరిస్థితులకు ఆధునికమనోవిజ్ఞానశాస్త్రం కల్పించే విపరీతప్రాధాన్యం కడుప్రమాదకరమైన అసత్యకల్పన. దాని కలుషితప్రభావం మూలమున మానవుని మనోమయ, ప్రాణమయ కోశములు మునుపటికంటె మరింతగా కలుషితములగుటకు అవకాశమున్నది.

సైకోఎనాలిసిస్ సంకుచితజ్ఞానం

మానవప్రకృతిలో ప్రత్యక్షంగా కనిపించే విభాగంకంటె ప్రచ్ఛన్నంగావున్న విభాగం మిక్కిలి పెద్దదనేమాట నిజమే. అతని బాహ్యప్రవృత్తుల తత్త్వమును విశదీకరించగల నిగూఢశక్తివిశేషములు ఆ ప్రచ్ఛన్న విభాగములలో దాగివుంటవి. కాని, ఫ్రాయిడ్ ప్రతిపాదించిన సైకో ఎనాలిసిస్‌కు తెలిసినది ఆప్రచ్ఛన్నవిభాగంలో సంకుచిత లక్షణోపేతమైన అపరాంశమగు అవరప్రాణమయఅవచేతనయందలి కొన్ని మసగ వెలుతురు కోణములు మాత్రమే.

ప్రచ్ఛన్నసత్తలోని విభాగములు

మానవసత్తయందలి ప్రచ్ఛన్నవిభాగం అతని బాహ్యస్వరూపమునకంతకునూ వెనుకగా దానికాధారభూతమై నిలిచియున్నది. బాహ్యమనస్సుకు వెనుకగా విస్తృతతరము, శక్తిమత్తరమునైన మనస్సు కలదు. అట్లే బాహ్యప్రాణమయసత్తకు వెనుకగా విస్తృతతరము, శక్తిమత్తరమునైన ప్రాణమయసత్త బాహ్యశరీరసత్తకు వెనుకగా అద్దానికంటె స్వతంత్రమూ సూక్ష్మతరమూనైన భౌతికచేతన కలదు.

పరచేతనాభూమికలకు ఉన్మీలనావశ్యకత

అంతర్మనః ప్రాణభౌతికచేతనలతోకూడిన ప్రచ్ఛన్నసత్తనుండి ఊర్ధ్వ ముఖంగా పరచేతనలోనికి, అధోముఖముగా అవచేతనలోనికి, ప్రవేశమున కవకాశము గలదు. సాధకుడు తన ప్రకృతిని విశుద్ధమొనరించి పరివర్తనము చెందించవలెనని ఈ పరచేతనాభూమికలలోనికి ఉన్మీలితుడై తద్ద్వారమున బాహ్యసత్తను, ప్రచ్ఛన్నసత్తను కూడా పరివర్తనము చెందింపవలసి వున్నది.

పరివర్తనసాధనలో తొందరపాటు కూడదు

పరచేతనాభూమికలకు ఉన్మీలనద్వారమున పరివర్తనమైననూ సాధకుడు కడుజాగరూకతతో తొందరపడకుండ పరతరసహాయమును పొందుచూ సమ్యగ్దృష్టితో సాధించవలసియుండును. లేనియెడల పైనుండి క్రిందికి లాగబడిన శక్తిని క్రిందనున్న ప్రకృతిచక్రము భరించలేక పోవచ్చును.

తీరి కూర్చుండి చిక్కులను కొనితెచ్చుకొనుటే

పైనవున్న పరచేతనాభూమికలలోనికి ఉన్మీలనముచెందుటకు బదులు క్రిందనున్న అవచేతనలోనికి ఉన్మీలనము చెందుటతో సాధకుడు ప్రారంభించునేని, అవచేతనలోగల దుష్ప్రవృత్తులను, తమోమయ వృత్తులను చేజేతులా రెచ్చగొట్టినవాడై అతడు తీరి కూర్చుండి చిక్కులను కొనితెచ్చుకొనినవాడే యగును.

మొదట సాధించవలసినది

మనః ప్రాణమయకోశముల ఉన్నత విభాగములను ఊర్ధ్వమునుండి వచ్చిన తేజఃకాంతులతో ముందు బలపరచుకొనుటకు సాధకుడు ప్రయత్నించవలెను. అటుతరువాత అతడు అవచేతనలోనికి ఉన్మీలనము చెందినను లేక చొరవతో చొచ్చుకొనిపోయినను ప్రమాదముండదు.

అనుభవించి వదలించుకోవాలనుకునే పద్ధతి

అవాంఛనీయవృత్తులను అనుభవించి వదలించుకోవాలనుకునే పద్ధతికూడా ప్రమాదభూయిష్ఠమైనదే. ఇంచుమించు సాధకుడు విముక్తినిపొందుటకు బదులు మరింతగా చిక్కులో తగుల్కొనుటకెక్కువ అవకాశమున్నది. కొన్ని ప్రత్యేకసందర్భములలో మాత్రమే యీ పద్ధతి ఉపయోగకారి కాగలదు.

సహజవృత్తి అతిబలవత్తరంగా ఉన్నప్పుడు

ఏసహజవృత్తినైనను నిరాదరణచేత త్రోసిపుచ్చుటకుగాని, లేక సరియైన వృత్తిని దానికి బదులుగా ప్రవేశపెట్టుటద్వారా దానిని నిరాకరించుటకుగాని వీలు ఏమాత్రములేక ఆ వృత్తి చాల బలవత్తరమై యున్నప్పుడు, అనుభవించుటద్వారా దానిని క్షయింపచేయగోరు పద్ధతి ఉపయోగకారియే యగును.

సామాన్యజీవితమునకు మరలవలసిన స్థితి

సహజవృత్తి మితిమీరి బలవత్తరంగా వుండే సందర్భంలో, సాధకుడు ఒక్కొక్కప్పుడు సామాన్యజీవితపు సామాన్యప్రవృత్తికి మరలిపోయి క్రొత్తమవస్సుతో, సంకల్పంతో దాని నిజానుభవము పొంది పిమ్మట ఆధ్యాత్మిక జీవితములోనికి తిరిగి వచ్చుట సంభవించ వచ్చును. అప్పుడా అవరోధాన్ని తొలగించడం సుకరమవుతుంది.

కడుబలవత్తరమైన సంకల్పమవసరం

ఒక్కొక్కప్పుడనివార్యమైనను అనుభవంద్వారా విషయములను నివర్తించు కొనగోరే పద్ధతి ఎప్పుడునూ ప్రమాదకరమే. ఆధ్యాత్మికోపలబ్ధికొరకై సాధకునిలో కడుబలవత్తరమైన సంకల్పముంటేతప్ప ఆ పద్ధతి విజయ వంతం కానేరదు. అట్టిసంకల్పంతో కూడిన అనుభవం వైరాగ్యానికి దారితీస్తుంది.

అనుభవసంపాదనలోని మరొక ఉద్దేశ్యం

దేనినైనా మనలోనుండి త్రోసిపుచ్చవలెనంటే మొదట దానిని మనం గుర్తించి దానిని గురించిన ఆంతరంగికానుభవాన్ని స్పష్టంగా పొంది ప్రకృతికార్యక్రమములో దానివాస్తవికస్థానాన్ని కనుగొనవలసి వుంటుంది. కనుక, అందుకోసమై అనుభవం సంపాదించడానికి కొందరు ప్రయత్నిం చడం కలదు.

సైకోఎనాలిసిస్‌లో అనుసరించబడే పద్ధతి

అనుభవసంపాదనానంతరం, అది పూర్తిగా అసద్వృత్తి అయినట్లయితే దానిని నిర్మూలించివేయడానికీ, వక్రగతిని పొందిన సద్వృత్తి ఉన్నత వృత్తి అయినట్లయితే దానిని రూపాంతరం చెందించడానికీ కృషి చేయ వచ్చునని భావించుట కలదు. ఎనాలిసిస్‌లో కచ్చాపచ్చాగా అనుసరించ బడుతూ వున్న పద్ధతి ఒకవిధంగా యిటువంటిదే.

అధ్యాత్మికతేజశ్శక్తుల తోడు అవసరం

అవరవృత్తులను జాగ్రచ్చేతన వెలుగులోనికి తెచ్చి పరిష్కరించే నిమిత్తం వాటిని పైకిరెచ్చకొట్టడం తప్పనిసరియే. వాటిని రెచ్చగొట్టి పరిష్కరిస్తే తప్ప పూర్ణపరివర్తనం సాధ్యంకాదు. కాని, ఈప్రయత్నం విజయవంతం కావలెనంటే అధ్యాత్మికభూమికలకు సంబంధించిన తేజశ్శక్తులు ఇందుకు తోడుకావడం అవసరం.

అపద్వృత్తులతో చెలగాటలు

అనుభవం సంపాదించేపేరిట చాలామంది తమలోని అవరవృత్తులను మేల్కొలుపుటయేగాక, వాటిని త్రోసిపుచ్చుటకుబదులు తమ ఆమోదాన్ని వాటికి చేకూర్చుచూ మరలమరల వాటి ననుభవించడాన్ని సమర్థించుచూ వాటితో చెలగాటలాడుతూ వుంటారు. చివరకు వాటిని వదలించుకోవలసి వచ్చేసరికి అది వారి తలకుమీరినపని అవుతుంది.

అజ్ఞానమును ప్రకృతి క్షమార్హంగా గణింపదు

ప్రాణమయకోశములోని ఒక మెలికవలన, కొందరు తమలోని అవర వృత్తులను మేల్కొలుపుకొనుట కలదు. మరికొందరు వట్టి అజ్ఞానంచేత వీటిని మేల్కొలుపుకొంటూ వుంటారు. కాని జీవితంలోవలెనే యోగంలో కూడా అజ్ఞానమును క్షమార్హముగా ప్రకృతి పరిగణించ నేరదు.

క్షేమదాయకమైన పద్ధతి

పరివర్తనం చెందింపవలసిన చేతనావిభాగములలోనికి దివ్యప్రకృతికి చెందిన స్థిరత, తేజస్సు, సమత, విశుద్ధి బలము మున్నగువాటిని కొంత అవతరింపజేసుకొని స్థిరమైన పునాది నిర్మించుకొన్న మీదట మాత్రమే సాధకుడు అవచేతనలో దాగివున్న దుష్టసంస్కారాలను నిర్మూలించడం కోసమై వాటిని పైకిరెచ్చగొట్టే ప్రయత్నం చేయడం క్షేమదాయకం.

వాటంతటవి పైకిలేచే దుష్టసంస్కారాలు

అవచేతనలలో దాగివున్న కొన్ని దుష్టసంస్కారాలు నీవు ప్రత్యేకించి రెచ్చగొట్టకపోయినా వాటంతటవి పైకిలేచి వాటిని నిర్మూలించడానికి కావలసిన అనుభవాన్ని నీకు యిస్తూనే వుంటాయి. ఉన్నతశ్రేణికి చెందిన అంతఃప్రేరణ తోడ్పాటుతో అట్టివాటిని నిర్మూలించే ప్రయత్నం ఏమంత ప్రమాదభూయిష్ఠం కానేరదు.

సైకోఎనలిస్టుల పరిశీలన లక్షణం

ఆధ్యాత్మికానుభూతులను సైకోఎనలిస్టులు తమటార్చిలైట్ల మసకవెలుగులో పరిశీలనచేయబూనుకోవడం పిల్లలు అక్షరాలు కూడబలుక్కుంటూ మొదటి వాచకంలో తాము నేర్చిన విద్యయే నిజమైన విద్య అయినట్లుగా పొంగి పోవడంలాంటిది. క్రిందినుండి పైకిచూస్తూ ఊర్ధ్వభూమికలలోని వెలుగుల తత్వమిదియని అధోభూమికలలోని నీడలనుబట్టి నిర్ణయింపబూనే ప్రయత్నమిది.

వస్తుజాతపు మూలస్థానం పరచేతన

సకలవస్తువులకూ మూలస్థానం పరచేతనగాని అవచేతనకాదు. తామర పూవు నిగూఢరహస్యం అది పుట్టిన బురదను పరిశోధిస్తే తెలియదు. పరమునందలి దివ్యతేజస్సులో నిత్యమూ వికసించివుండే అద్దానిమూల రూపమున ఆ రహస్యం గర్భితమై వున్నది. సైకోఎనలిస్టులు తమ పరిశోధనకై ఎన్నుకొనిన క్షేత్రమొక చీకటికోణం.

వినూత్నరీతిలో మన స్తత్వశాస్త్రావిష్కారం

పూర్ణమును తెలుసుకుంటేతప్ప అందలి భాగమును నీవునుగాతెలుసుకో జాలవు. పరము అర్థమైతేతప్ప అపరము నీకు అవగాహనకాదు. ఈ పరమార్థమును గ్రహించిన మహత్తర మానసిక తత్వశాస్త్రావిష్కారం జరగవలసి వున్నది. అప్పుడు నిరర్థకములైన యీ చీకటిలో తడుము లాటలిక ఉండబోవు.

అచేతనవిభాగ పరివర్తనం

మానవప్రకృతిలోని అచేతన విభాగమును, అద్దాని సుస్థిరాభ్యాసమును, యాంత్రప్రాయ ప్రవృత్తులను వెలుగునకు ఉన్మీలితం చెయ్యడం అత్యంత కష్టసాధ్యమైన కార్యం. ఇతర విభాగములను ఉన్మీలితం చెయ్యటంలో ఇంత కష్టంలేదు. అయినా అచేతన విభాగమును కూడా పరివర్తనం చెందిస్తేతప్ప మానవ ప్రకృతి ఆధ్యాత్మిక పరివర్తనమునకు పూర్ణత్వం లేదు.

చైత్త్యాత్మపరివర్తనపు విశిష్టత

మానసికస్థాయిలో బ్రహ్మానుభూతి కలిగినా అది మానవప్రకృతిని పరివర్తనం చెందింపజాలదు. చేతనను సంపన్నమొనర్చినా ప్రకృతిని పరివర్తనం చెందించేశక్తి యీ అనుభూతులకు వుండదు. కావుననే భక్తి, సమర్పణము వగైరాలు ముఖ్యలక్షణముగాగల చైత్త్యాత్మపరివర్తనమును మొట్టమొదటగా సాధించడం మిక్కిలి అపేక్షణీయం.

వెలుగుపథంలో ప్రయాణం

చైత్త్యోన్మీలనం పొందినవాడు వెలుగుపథంలో హుటాహుటిగా సాగిపోగలడు. కష్టాలు అతనికికూడా కలుగకపోవు. కాని వాటినతడు ఏమాత్రమూ లెక్కచెయ్యడు. తనకు కలిగిన కష్టాలు తనను సరిదిద్దుకోడానికి భగవంతుడు కల్పించినవనే నిశ్చయం అతనిలో దృఢంగా పాదుకొని వుంటుంది.

సర్వసమర్పణమనేది వెంటనే కుదరదు

సర్వమునూ దానంతటదియే చక్కదిద్దుకోగల సర్వసమర్పణ ఎవరికోతప్ప సామాన్యులకు ఒకపట్టున సాధ్యంకాదనేమాట నిజమే. కనుకనే పూర్ణ యోగంలో మొదట్లోనే సర్వసమర్పణము జరగాలని అపేక్షింపబడడం లేదు. మొదట కొంచెముగా సమర్పణము చెయ్యడం నేర్చుకుంటే పిమ్మట అదే క్రమంగా సర్వసమర్పణంగా విస్తరిల్లుతుంది.

అచేతనవిభాగపు తమోవృత్తి ప్రాబల్యం

తమయందలి అచేతనవిభాగపు తమః ప్రవృత్తి ప్రాబల్యమునకు వశులైన హేతువుచేతనే చాలమంది సాధకులలో విపరీతమైన స్తబ్ధత, మందకొడి తనమూ విషాదభావమూ గోచరమవుతూ వుంటాయి. మహోన్నతమైన ఆకాంక్షయొక్క వెలుగును ఈవిభాగములోనికి ప్రసరింపచేసుకోడానికి ప్రయత్నిస్తూ సరియైనస్థాయిని చిక్కబట్టుకుంటే ఈచిక్కులోనుంచి బయట పడడం సాధ్యమే.

అధైర్యం చెందవలసిన పనిలేదు

సంశయం, నిరుత్సాహం, అవిశ్వాసం, ధర్మంపట్ల ఉత్సాహం తగ్గడం, భవిష్యత్తుగురించిన ఆశాభావం చలించడం మొదలైన లక్షణాలు అచేతన విభాగములోనికి సాధన దిగివచ్చినప్పుడు పొడచూపుతూ వుంటాయి. బయటప్రపంచంలోకూడా యింతకంటె విపరీతలక్షణాలే ద్యోతకమవుతూ వుండవచ్చు. కాని విశ్వశక్తిపోకడలు, ఆత్మశక్తిపోకడలు తెలిసినవారు వీటికేమాత్రమూ ఆశ్చర్యంచెందరు.

చీకటివెనుకజరిగే ఉషోదయసన్నాహం

చీకటి మరింతదట్టమైనప్పుడే ఉషోదయమవుతుంది. కావుననే ప్రపంచములోని విపరీతపరిస్థితులకు నేనధైర్యం చెందడంలేదు. ఈ చీకటులవెనుకజరుగుతున్న ఉషోదయసన్నాహం నేను చూడగలుగుతున్నాను. ఈశ్వరాన్వేషకులు పట్టుదలతో తమ అన్వేషణ కొనసాగిస్తూ వుంటే కొంతకాలానికి యీ చీకట్లు అంతరించిపోవడం తథ్యం.

వెలినుండి కాదు, లోనుండి

మనం ఎదురుచూచే నూతనప్రపంచం మనలోపలనుండి ఆవిష్కారం చెందవలసినదిగాని,బయటనుండి అవతరించేది కాదనేది మనంగుర్తించడం అవసరం. కనుకనే సాధకులు బయటజరిగే విషాదకర సంఘటనలకు అమిత ప్రాధాన్యమివ్వక తమ ఆంతరంగికాభివృద్ధియందే దృష్టిని కేంద్రీకరించుకోడానికి విశేషశ్రద్ధవహించడం నేర్చుకోవాలి.

అధ్యాత్మిక పథంలోని కష్టాలు

అధ్యాత్మికపథంలోని కష్టాలు

ఆధ్యాత్మికపథంలో ప్రవేశించినవారందరూ అనేక కష్టాలనెదుర్కొనక తప్పదు. కొన్నికష్టాలు తమ ప్రకృతివలన జనించినవి కావచ్చు. కొన్ని బయటనుంచి సంప్రాప్తమయినవి కావచ్చు. ప్రకృతివలన జనించేకష్టాలను నీవు జయించగలిగేటంతవరకూ అవి మరలమరల పొటమరిస్తూనే వుంటాయి. వాటినెదుర్కొనడానికి ఎంతో బలమూ, సహనమూ అవసరం.

నిరాశకు తావీయవద్దు

ఆధ్యాత్మికపథంలో కష్టాలు సంప్రాప్తమైనప్పుడు మనయందలి ప్రాణమయ సత్త అవలీలగా నిరాశావశమై క్రుంగిపోతూ వుంటుంది. సాధకులందరకూ యిది పరిపాటియే. ఇందువలన అధైర్యంచెందవలసిన పనిలేదు. జగజ్జనని సహాయమువర్థిస్తూ ఆ నిరాశను జయించే కౌశలాన్ని నీవు అలవరచుకోవడం అవసరం.

విఫలతకు కారణాలు

మార్గమును విడనాడక ప్రయాణించేవారంతా తమ ఆధ్యాత్మికగమ్యస్థానం చేరుకోవడం నిశ్చయమే. ఎవరైనా అలా చేరుకోలేకపోతే దానికి రెండే

కారణాలు. ఒకటి, ఆ మార్గమును వారు వదలివేయడం. రెండవది, అంతర్బుద్ధితో యీశ్వరునిపై ఆధారపడి వుండడానికి బదులు, అత్యాశ, స్వాతిశయవృత్తి మొదలైనవాటికి లోనై పోవడం.

చైత్యపురుషునికి కలిగే విచారం

ఆత్మకు దుఃఖం లేదు. అన్నిటియెడలా అది సమతతో నిశ్చలంగానే వుంటుంది. హృదయాంతర్గతుడైన చైత్యపురుషునికి కలిగేదుఃఖంఒక్కటే. ఈశ్వరేచ్ఛకు ప్రకృతి ఎదురుతిరుగుతున్నప్పుడు, సత్యశివసుందరము పిలుపును జనులు త్రోసిపుచ్చుతున్నప్పుడు, చైత్యపురుషునికి విచారం కలుగుతుంది.

మనసుకల్పించే ప్రతిఘటన

ఆత్మ ఈశ్వరునివైపు ఆకర్షింపబడుతూ వున్నప్పుడు, మనస్సు దానిని ప్రతిఘటించడం జరగవచ్చు. సంశయము, నాస్తికధోరణి, ఇవి సాధారణంగా మనస్సు కల్పించే ప్రతిఘటనలు. దీనిమూలముగా మనోమయసత్తయందు, ప్రాణమయసత్తయందు కూడ విపరీతమైన క్లేశం ఉత్పన్నమవుతుంది.

ప్రాణకోశం కల్పించే ప్రతిఘటన

ఈశ్వరునివైపు ఆకర్షింపబడుతున్న ఆత్మకు కామప్రధానమైన ప్రాణమయ ప్రకృతి కామితవిషయములయెడ తగులము రూపములో ప్రతిఘటన

కల్పించడం జరుగుతూ వుంటుంది. అట్టి సందర్భంలో ఈశ్వరుని ఆకర్షణకు, అజ్ఞానపు ఆకర్షణకు నడుమ యేర్పడిన సంఘర్షణ మనః, ప్రాణకోశములయందు విపరీత క్లేశం జనింపజేయవచ్చు.

అన్నమయ ప్రకృతికల్పించే ప్రతిఘటన

ఈశ్వరునివైపు ఆకర్షింపబడుతున్న ఆత్మకు అన్నమయప్రకృతి కల్పించే ప్రతిఘటన గాఢమైనతమస్సు, జడత్వము, యంత్రప్రాయకమైన అలవాటుల రూపములో ఉంటుంది. వద్దనుకున్నప్పటికీ యీ అలవాటులు వదలిపెట్టవు. ఇట్టి సందర్భములో ఏర్పడిన సంఘర్షణ ప్రాణమయ కోశమువందేగాక అన్నమయకోశమునందునూ విపరీత క్లేశముల జనింపజేయవచ్చు.

విశ్వప్రకృతి కల్పించే ప్రతిఘటన

ఈశ్వరునివైపు ఆకర్షింపబడుతున్న ఆత్మకు విశ్వప్రకృతివలనకూడా ప్రతిఘటనమేర్పడుతూ వుంటుంది. అవిద్యలోనుండి జీవుడు వెలుగులోనికి తప్పించుకొనిపోవడం విశ్వప్రకృతికి సమ్మతంగా వుండదు. అందువలన, ప్రాతవృత్తులు వెలికిత్రోసివేయబడిన సందర్భంలోకూడా, వాటిని తిరిగి అన్న, ప్రాణమయ కోశములలోనికి గుప్పించడానికి విశ్వప్రకృతి ప్రయత్నించేస్తూ వుంటుంది.

నిందలు, హింసలు, ఆపదలు, వ్యాధులరూపంలో ప్రతిఘటన

ప్రాతవృత్తులను తిరిగి గుప్పించడమనే సూక్ష్మరూపములోనేకాక, బయటి ప్రపంచపు నిందలు, ప్రతిరోధములు, హింసలు, పలురకములైన

ఆపదలు, వ్యాధులు మొదలైన స్థూలరూపములలోకూడా సాధకునికి విశ్వ ప్రకృతిప్రతిఘటనలు ఏర్పడుతూ వుంటాయి. వీటినికూడా ధైర్యంగా ఎదుర్కొనడానికి అతడు సిద్ధపడడం అవసరం.

బాహ్యాభ్యంతరసత్తలను వేరుచేసే పద్ధతి

అంతస్సత్త మేల్కొంచి బాహ్యసత్తనుండి వేరుపడడం ప్రతిఘటనల నెదుర్కోడానికి ఒక మార్గం. ఇందు సత్తరెండుగా చీలుతుంది. అంతస్సత్త్వ నిశ్చలము, సమతలక్షణోపేతమునై దివ్యచేతనకు వాహకమై అలరారుచుండగా, బాహ్యస్సత్తమాత్రం అపరప్రకృతిదాడులకు లోనవుతూ వుంటుంది. కాని, యీ అలజడులు పైపైనలేచే చిరుతరగలవంటివై అంతస్సత్తనేమాత్రమూ బాధించవు.

చైత్యపురుషుడు మేల్కొంచి సాధనచేపట్టే పద్ధతి

అంతరాంతరుడైన చైత్యపురుషుడు ముందుకువచ్చి పరమాత్మయెడ తన భక్తిప్రపత్తులను మనః, ప్రాణ, శరీర చేతనలకుకూడా విధించుచు, వాటిని ఈశ్వరోన్ముఖంగా మరల్చడం ప్రతిఘటనలనెదుర్కొనే మరొక మార్గం. చైత్యపురుషుడు ప్రబలుడై వుంటే ఆంతరంగికమైన సూక్ష్మ బాధలు ఏమంతగా వుండవు. బాహ్యమైన స్థూలబాధలున్నప్పటికీ అవి అంతరమును బాధించవు.

మధురమైన ఆనందమార్గం

చైత్యపురుషుడు ముందుకువచ్చి సాధనను చేపట్టినపుడు, సాధన జ్యోతిర్మయము, మధురమునైన ఆనందమార్గమై విరాజిల్లుతుంది. బాహ్యప్రకృతి దాడులు, ప్రతికూలపరిస్థితులు సాధననెంతమాత్రమూ అవరోధించజాలవు. ప్రతిరోధములన్నీ పురోగతికి సాధనములుగా మలచుకోబడుతాయి.

హేతువాదానికి అమితప్రాధాన్యం యివ్వబోకు

హేతువాదానికి మితిలేని ప్రాధాన్యమిచ్చే అలవాటును నీవు పూర్తిగా విడనాడడం అవసరం. వ్యక్తిగతంగా నీ బుద్ధికి తోచిన హేతువాదమే సరియైనదనీ, సర్వవిషయాలు నీహేతువాదంచేత నిర్ణీతం కావాలనీ ఈ దృష్టిని నీవు పెంచుకోవడం సాధనకు పెద్ద ప్రతిబంధకం.

హేతువాదప్రామాణ్యంచెల్లని సందర్భాలు

కొన్ని భౌతికవిషయాలలోను, సామాన్యమైన ప్రాపంచికవిషయాల సందర్భంలోనూ (అచ్చటకూడ అది పొరపాటుపడే అవకాశమున్నప్పటికీ) హేతువాదానికి తగిన స్థానమున్నమాట నిజమే. తత్త్వవిచారణపూర్వకమైన సారాంశాలు తేల్చడములోనూ దానికి స్థానమున్నది. కాని, ఆధ్యాత్మిక యోగసాధనానుభవవిషయములలో దాని ప్రామాణ్యం చెల్లదు.

సత్యసాక్షాత్కారానికి అనుపయుక్తం

బహిర్ముఖమైన బుద్ధివ్యాపారములు వ్యక్తిగతాభిప్రాయములను రూపొందించుకోడానికి మాత్రమే తోడ్పడుతాయిగాని, సత్యమును కనుక్కోడానికి

ఉపకరించవు. హేతువాదము, దాని నిర్ణయములు ఆధ్యాత్మికసత్య సాక్షాత్కారమును కలిగింపజాలవనే నిశ్చయం భారతదేశంలో సదా ఉంటూనే వచ్చింది. సాక్షాత్కారం కలిగేది అంతఃస్ఫురణమూ, అంతరానుభవములవలన.

ఆత్మవలననే ఈశ్వరసాక్షాత్కారం

హేతువాదము, బుద్ధివృత్తి భగవంతుని చూపలేవు. భగవంతునిచూచేది ఆత్మ. ఆత్మ తనదర్శనమును బుద్ధి మొదలైన ఉపకరణములకు అందించినప్పుడు అవి ఆ దర్శనాన్ని గ్రహించి ఆనందిస్తాయి. అయితే, అవి దర్శనానుభవానికి అవరోధంగా నిలవడంకూడా పరిపాటియే.

మనస్సునిర్మించే అడ్డుగోడ

ముందుగా తాను ఏర్పరచుకొనివున్న అభిప్రాయాలతోనూ, అభిమతాలతోనూ సత్యసాక్షాత్కారానికి అవరోధంగా మనస్సు హేతువాదరూపమైన అడ్డుగోడ ఒకటి నిర్మిస్తుంది. తాననుకొన్నపద్ధతిలో కనిపిస్తేతప్ప, అది దేనినీ ఆమోదించదు. తాననుకొన్నట్లుగాక వేరొకరూపంలో వచ్చిన భగవంతునైనా గుర్తింపనీయదు.

హేతువాదంపై ఆధారపడదగిన సందర్భాలు

మనస్సు ముందుగానే ఎట్టినిర్ణయాలూ చేసుకొనివుండక నిష్పాక్షికంగా, అనుద్వేగపూర్వకంగా విషయసమీక్ష చేయగలిగివున్నపక్షంలో, ఆధ్యాత్మిక యోగానుభూతులవిషయంలోదక్క మిగిలిన విషయాల్లో హేతువాదంపై

ఆధారపడవచ్చును. అయితే, హేతువాదంలో పొరపాటుకుకూడా అవకాశం వుంటుందనే సంగతి గుర్తించడం అవసరం.

దారిచూపి మనలను నడిపేశక్తి

ఈ ప్రపంచంలో ఏదీ వృథాగా సంభవించదు. మనకు కానరాకుండా దారిచూపి మనలను నడిపేశక్తి ఒకటి వున్నది. బయటకు గోచరించే బాహ్యసందర్భాలను మాత్రమేచూస్తే ఈసంగతి మనకు గోచరంకాదు. మన చుట్టూ జరుగుతూవున్నదేదియూ నిశ్చయాత్మకము కాదనీ, క్రమవికాసము నందుకొనెడి పూర్ణంలోని ఒక తాత్కాలికసన్నివేశమనీ గుర్తించకపోయినను గూడ ఇది తెలియబడదు.

నడిపే నిగూఢశక్తిని గుర్తించే విధానం

బయటకు గోచరించేవానివెనుక ఏశక్తులు పనిచేస్తున్నాయో, ఎలా పనిచేస్తున్నాయో, వాటి అంతర్యమేమిటో గ్రహించనేర్చినగాని దారిచూపి మనలను నడిపే గూఢశక్తిని మనం గుర్తించలేము. నిక్కమైనజ్ఞానం భౌతికశాస్త్రములకు సంబంధించినదికూడా బయటకు గోచరించేవానివెనుక దాగివున్న విధానాలు తెలుసుకోవడంవలననేకదాకలిగేది!

ప్రపంచమును గురించిన విచారణీయాంశం

ప్రపంచం దుఃఖమయం, అనిత్యమనేదిస్పష్టమే. 'అనిత్య మసుఖం' అనిగీత వర్ణించినది నిర్హేతుకంకాదు. కాని, యాదృచ్ఛికంగా జరిగి యంత్రప్రాయమైన జడ నియతిచే నడుపబడుతూ వున్నదా, లేక

దీనికొక అంతర్యముండి బయటికి గోచరించేదానికావలనున్నదానివైపు మనం నడుపబడుతున్నామా అనేది విచారణీయం.

ప్రపంచం అర్థరహితం కానట్లయితే

ప్రపంచం అర్థరహితముగాక దీనికొక అంతర్యం వుండి దేనివైపునకో సమస్తవస్తుజాతమూ క్రమవికాసంచెందుతూ వుండడం నిజమైతే అపుడు దారిచూపి మనలను నడిపేశక్తి ఒకటి తప్పనిసరిగా వుండి తీరవలెను. అనగా, జగదాధారమైన ఇచ్ఛాశక్తి ఒకటి వున్నదన్నమాట. దానిసంసర్గము అంతర్ముఖులమై మనము పొందవచ్చును.

ప్రపంచమునకాధారమైన ఇచ్ఛాశక్తియే ఉంటే

ప్రపంచమునకు మూలమున ఒక యిచ్ఛాశక్తియే ఉన్నట్లయితే ప్రపంచమును అర్థరహితముగా చేయునంతటి అవివేకమునకది పాల్పడుట పొసగనేరదు. ప్రపంచగతినంతనూ తుదకొక శాశ్వతవైఫల్యస్థితికి చేర్చుటయు దాని విధానము కానేరదు.

ప్రపంచం ద్విముఖం

ప్రపంచం ద్విముఖం. ఒకవైపున ఆధిభౌతికమైన జడస్థితిపైన, ఆ జడస్థితితోనే కూడిన అజ్ఞానపూర్వక మనః, ప్రాణములపైన ఆధారపడి వున్నట్లు కానవస్తుంది. శోకమోహాదులన్నీ దానిఫలితములే. కాని, వేరొకవైపున సత్యము, శివము, సుందరము, సామరస్యము, జ్ఞానము, తేజస్సు, ఇత్యాదులలోనికి అసమగ్రవికాసము, పాక్షికవిజయోపేతమైన ప్రయత్నములు కానవస్తున్నవి. ప్రపంచము నర్థవంతం చేయునది ఈ రెంటివైరుధ్యమే.

ప్రపంచమునర్థవంతం చేస్తున్న సన్నివేశం

మొదట తమోమయమై గోచరించుదానిలోనుండి ఉన్నతసంస్థితులలోనికి క్రమవికాసమునందుటకై పరిశ్రమము కొనసాగుటయనునదే యీ ప్రపంచమునర్థవంతము చేయుచున్నది. మనకు దారిచూపి ముందునకు నడిపెడి పేశక్తియైనను యింతటి యీవైరుధ్యపరిస్థితుల పురస్కరించుకొనియే పని చేయవలసి వుంటుంది.

నడుపబడేది వ్యష్టియేకాదు, సమష్టికూడా

విడివిడిగా వ్యక్తులకు దారిచూపి నడపడమేకాదు, సమష్టిగా ప్రపంచమునంతనూకూడ ఆ యిచ్ఛాశక్తి అట్లే ఉన్నతసంస్థితిలోనికి నడుపుతూ వున్నది. అయితే, ఆ నడపడమంతా వెలుగు చీకటులు, జ్ఞానాజ్ఞానములు, జీవనమరణములు, సుఖదుఃఖములు మొదలైన ద్వంద్వముల ద్వారమువనే. లక్షితమైవ ఉన్నతసంస్థితి ప్రతిష్ఠితమగువరకూ ఈ ద్వంద్వములలో పేటినీ పరిహరించుటకు వీలులేదు.

మనలను నడిపేశక్తి అనుసరించే విధానం

దుఃఖాదులను ఒక్కసారిగా పరిహరించివేయడం మనలనడిపేశక్తియొక్క పద్ధతి కానేరదు. సదా కేవలం సుఖమును, విజయమును, సౌభాగ్యమును చేకూర్చడమే దాని విధానమంతకంటెనూ కాదు. దీనికి ముఖ్యంగాకావలసినది మన చేతనావికాసము. మన ఉన్నతాత్మ వైపునకు, పరమాత్మ వైపునకు పురోగతి. తక్కినవెల్ల అప్రధానములు.

మన అంతరాంతరంలోనికి చొచ్చి చూడనేర్చుకోవాలి

మనము లోతుగా మన అంతరములోనికిపోయి అచటనుండి ఆయాశక్తుల ఖేలనమును అత్యంత సన్నిహితంగా కనిపెట్టుతూ, వాటి వెనుకగల ఈశ్వర సంకల్పసూచనలను గ్రహింపనేర్చినప్పుడు, మనలనొకశక్తి నడుపుతున్నదనే సంగతి మనకు బాగా విస్పష్టమవుతుంది. బాహ్య మనస్సునకది అస్పష్టం.

ఈశ్వరసంస్పర్శను పొందనేర్చినప్పుడు

ఈశ్వరసంస్పర్శను, అంతర్దర్శనమును మనము పొందనేర్చినప్పుడు, మన జీవిత సందర్భములనన్నిటినీ ఒక క్రొత్త వెలుగులో మనముచూడ నారంభించుతాము. మనకు తెలియకుండానే అవి మన చేతనావికాసానికి మనం సాధించవలసియుండిన పనికి ఏవిధంగా తోడ్పడ్డాయో గుర్తిస్తాము. శుభసంఘటనలేకాదు. అశుభసంఘటనలుకూడ.

నడిచేరీతుల వైవిధ్యం

ప్రతివ్యక్తినీ అతని స్వభావమునుబట్టి, జీవితపరిస్థితులనుబట్టి, వికాస దశనుబట్టి, పొందవలసిన అనుభవవిస్తరణావశ్యకతను బట్టి, ఆదివ్యశక్తి విభిన్నరీతులలో నడుపుతూ వుంటుంది. మనమా జడయంత్రములముగాక చేతనావిశిష్టులమగుటచే మన మనస్తత్వం, మన సంకల్పాలు జీవితమునెడ మన దృక్పథం ఇత్యాదులన్నీ మన మార్గనిర్ణయానికి తోడ్పడుతాయి.

సకలసన్నివేశములూ పురోగతి సాధకములే

మన వ్యక్తిగతసందర్భములు మనలను దుఃఖములలోనికి, చెడుపరిస్థితుల లోనికి, తీసుకొనిపోవునవి కావచ్చును. కాని వాటి ఆ దివ్యశక్తి మన అనుభవసమృద్ధికి తద్వారా మన చేతనావికాసమునకే వినియోగించును. త్రోవతప్పినట్లు వెనుకకుపోయినట్లు కన్పట్టు సన్నివేశములు సైతం ఆత్మ పురోగతి సాధకములే.

ఈశ్వరుడొసగే రక్షణ తీరు

ఈశ్వరునితోడి సన్నిహిత సంబంధం మనం కలిగి వున్నప్పుడు మనకు సహాయకమై పరాపరిగ దారిచూపి మనలను నడిపించగల రక్షణను మనం పొందగలం. కాని అది మనకష్టాలను, బాధలను, ఆపదలను ఒక్కుమ్మడిన నిర్మూలించబోదు. వాటిని మనం ధీరతతో ఎదుర్కొని గడచి గట్టెక్కేటట్లు చేస్తుంది. ఒకప్రత్యేక ప్రయోజనం నిమిత్తమై వాటిని నిర్మూలించడం అవసరమైతేతప్ప.

జగద్వృత్తమును సైతం నడిపేశక్తి

వ్యక్తివిషయమువలెనే సమష్టిని విస్తృతస్థాయిలో జగద్వృత్తమునగూడ వల్లే. కొన్ని నియతులకు, శక్తులకు లోనై పెక్కు అవస్థాభేదములతో ఈ జగద్వృత్తం నడుస్తూ వుంటుంది. కాని ఒక క్రమవికాసపూర్వక ప్రయోజనం నిమిత్తమై దానిని నడిపేశక్తి ఒకటి వుండనే వున్నది. దానిని గుర్తించి అవగాహన చేసుకోడం వ్యక్తి విషయములో కంటే కష్టతరం.

అంతర్నిగూఢశక్తుల ఖేలనను గుర్తించాలి

జగద్వృత్తమున మానవజాతి జీవితంలో ఒక ప్రత్యేక సన్నివేశమున ఏమి సంభవించినదనేదికాదు ముఖ్యం. అది యెంతటిమహావిపత్కర సంఘటనైనా అగుగాక ఆ సన్నివేశమున బయటికి కాన్పించుశక్తులఖేల వలెననే కాక అంతరమున నిగూఢముగా ఏశక్తిఖేలనకలదో భవిష్యత్తున దానిపరిణామమెట్లుండ గలదోకూడా గుర్తించవలసి వుంటుంది.

కాలగతిలోసాగే జ్యోతిర్వికాసం

అనృతము, తమస్సు పృథ్విపై ఎల్లెడలా ప్రబలంగా వున్నవి. ఏకాలంలో నైనా అవి అలాగే వుంటూవచ్చినవి. ఒక్కొక్కప్పుడవి అత్యంత ప్రబలంగాకూడా వుండడం కద్దు. కాని వాటితోపాటు దివ్యజ్యోతికిరణము లించించుకగా గోచరించడమేగాక ప్రవాహంవలె వచ్చిపడిన సందర్భాలు కూడా ఉన్నవి. కాలగతిలో ఈ జ్యోతిర్వికాసంపైతం వేరొకప్రక్క సాగుతూ వుండకపోలేదు.

తారస్థాయికిచేరిన శక్తిసంఘర్షణ

అనృతము, తమస్సు నేడు ప్రపంచమున అత్యంత ప్రబలముగానున్నవి. దివ్యాభివ్యక్తి జరుగుటకు పూర్వం పరిస్థితులు అటులనే వుండకతప్పవని ఆదినుండీ ఋషులూ, ప్రవక్తలూ, చెపుతూవచ్చినమాటను మనం త్రోసి పుచ్చినా ఇది అనృతానికి తాత్కాలికముగానైనా విజయమని భావించ నక్కరలేదు. శక్తులమధ్య సంఘర్షణం తారస్థాయిలో ఉన్నదని మాత్రమే దీనిఅర్థం.

పూర్ణయోగసాధన కష్టబహుళమే

పూర్ణయోగసాధన నిశ్చయంగా కష్టబహుళమే. కాని వాస్తవముగ సులభ సాధ్యమైన యోగం ఏదైనకలదా? సర్వాతీతబ్రహ్మమున లయించెందే మోక్షానందం ఆకర్షణీయమేకావచ్చు. కాని ఆ నిర్వాణపథంలో పయనించే వారెందరు? ఈజన్మలో ఎటువంటి దీర్ఘశ్రమమూ లేకుండా దానిని పొందగలుగుతున్నారు.

భక్తిమార్గంకూడా కష్టభాజనమే

కష్టాలు ఏసాధనమార్గంలోలేవు? అతిసుగమమని చెప్పబడే భక్తిమార్గం కూడా భక్తుల విలాపములతో నిండివున్నది. ఎంతపిలిచినా ప్రియతముడు కనుపడలేదని సంకేతస్థలమున ఎంతగా నిరీక్షించుచుండిననూ కృష్ణుడింకనూ రాలేదనీ ఇట్టి బాధలను భక్తులు పొందుతూ వుంటారు. దర్శనానందములు, సమాగమోల్లాసములు ఇంచుక పొందనేర్చిననూ వెంటనే మరల దీర్ఘకాల విరహతాపములు.

భగవంతునిచేరుటకు అడ్డదారులులేవు

అడ్డదారిని భగవంతుని చేర్చునదిగా ఏ యోగమార్గమునూ పరిగణించుటకు వీలులేదు. 'సులభీకృత భాషాబోధినుల' మాదిరిగ 'సులభీకృతయోగ మార్గము' లుండనేరవు. పూర్వజన్మలలో పొందనేర్చిన పరిపాకస్థితి వలననో లేక అతీతాధ్యాత్మికావస్థను పొందజేయు మరేయితరకారణం వలననో కడుకొలది మంది మహాత్ములు మాత్రమే త్వరితగతిని సాక్షాత్కారమును బడయగలుగుతూ వుంటారు.

"కత్తివాయిపై నడక"

సుదీర్ఘ కాలం పట్టుదలతో శ్రమపడినమీదటగాని అత్యధికసంఖ్యాకులు యోగసిద్ధిని బడయజాలరు. ఆరోహణక్రమముపడకుండ ఎవ్వరును ఆధ్యాత్మిక శిఖరమును చేరుకొనుట పొసగదు. కత్తివాయిపైనడకవలె ఆ మార్గమున నడచుట మిక్కిలి కష్టమని ఉపనిషత్తుతోపాటుగ దీనిని గురించి ముక్తకంఠమున ఉద్ఘాటింపవలసినదే.

శుష్కప్రాయావస్థ

పూర్ణయోగపద్ధతి నీకు శుష్కప్రాయము, రసహీనంగా కనిపిస్తున్నదంటే దానివెలియంచునైనా నీవింకాస్పృశించలేదని అర్థం. ఇట్టి శుష్కప్రాయావస్థలు అన్నిసాధనమార్గాలలోనూ వుంటాయి. అత్యధిక సంఖ్యాకులకు ప్రారంభదశలో ఇలాగే వుంటుంది. అంతరంగిక సంస్థితిని పొందగలుగుటకు సుదీర్ఘ పూర్వసన్నాహ మావశ్యకం.

అంతరంగిక సంస్థితి

సాధనలో అంతరంగిక సంస్థితిని పొందినపుడు అనుభవ కవాటములు తెరచుకొంటాయి. ఒక సుదీర్ఘపథంనుండి యింకొక సుదీర్ఘపథంలోనికి ప్రయాణాలు కొనసాగుతూ వుంటాయి. కాని యిచటకూడా ఒక్కొక్క నూతనద్వారదేశం దగ్గరకు వచ్చేసరికి అంతయూ సిద్ధమయ్యేపర్యంతమూ కవాటములు తెరచుకొని దారి యివ్వవు.

సాధన శుష్కప్రాయం కాకుండే ఉపాయం

ఆత్మపరీక్ష చేసుకొంటూ, ఆత్మవిజయసాధనాసక్తుడై సాధకుడు తానువేసే ప్రతి అడుగులోనూ అభిరుచి పెంపొందించుకోడం నేర్చుకోవాలి. లేక అడుగడుగునా కష్టదశలోకూడ ఈశ్వరనిర్దేశమునూ, అనుగ్రహమునూ దర్శించగల దృఢవిశ్వాసమర్మము నేరుగ నేర్చుకోవాలి. లేనియెడల సాధన యెడారిలో ప్రయాణంవలె శుష్కప్రాయంకాగల ప్రమాదమున్నది.

యోగములకన్నింటికీ వర్తించే ఉపదేశం

విషాదమునకు తావీయని హృదయంతో నిలుకడగా, ఓపికగా యోగము వభ్యసించవలెనని గీత ఉద్బోధిస్తున్నది. ఈ ఉపదేశం యితరయోగము లన్నిటితోపాటు పూర్ణయోగమునకు సైతం వర్తిస్తుంది. క్రిందికి అవతరించ వలసిన ఆనందం ఎంత ఉన్నతోన్నతభూమికలకు చెందినదైతే ప్రారంభ దశలోని కష్టానుభవమును అధికముగా పొందవలసి వుంటుంది.

పరమ ప్రేమ సౌందర్య ఆనందానుభూతులు

పూర్ణయోగం లక్షించే అతిమానసోపలబ్ధివలన చేకూరునవి ముఖ్యమగు పరమ ప్రేమసౌందర్యానందానుభూతులు. అయితే పరమానందం చరమ సంసిద్ధి ఫలితమే అయినా మార్గమధ్యమునకూడ ఈ ప్రేమసౌందర్యానం దానుభూతులు కలుగుటకవకాశం లేకపోలేదు. ఇతరానుభూతులకంటే ముందుగా వీటిని కొందరు సాధనారంభదశలోనే పొందడం కద్దు.

రహస్యకీలకం

పరమప్రేమసౌందర్యానందానుభవపు రహస్యకీలకం హృదయంలోవున్నది గాని బుద్ధిలోలేదు. హృదయంలోని అంతఃకవాటం తెరచుకొనినప్పుడు దాని ద్వారమున దృఢవిశ్వాసపూర్వక ఆత్మార్పణప్రభాతిశయముతో ఆత్మజ్యోతి వెలికి ప్రసరిస్తుంది. ఆ అంతర్జ్యోతిముందర బుద్ధియందలి విపత్కారములు, సంశయములు అన్నీ అంతరిస్తాయి. మార్గం జ్యోతిర్మయమై ప్రేమానందానుభూతుల నందిస్తుంది.

అంతరున్మీలనావశ్యకత

కొందరిలో బుద్ధికవాటం మొదట తెరచుకొంటుంది. అందువలన శాంతి, వెలుగు, కొంతజ్ఞానోన్మీలనం వారిలో తొలుత కలుగవచ్చును. కాని యీ ఉన్మీలనానంతరం హృదయంలో అంతరున్మీలనం సైతం కలిగితే తప్ప ఊర్ధ్వోన్మీలనకు పూర్ణత్వంలేదు. సాధన శుష్కప్రాయంగా, నిరుత్సాహకరంగా కనిపించడానికి కారణం మనః, ప్రాణ సంఘర్షణలతో మొదట సతమతమవుతూ కూర్చోడమే.

తృష్ణవేరు, నిర్విణ్ణతవేరు

ఈశ్వరుని పొందుటకై తృష్ణ కలిగివుండడం వేరు. నిరాశతో నిర్విణ్ణచేతనుడై కూర్చొనడం వేరు. తృష్ణ తీరకపోతే నిర్విణ్ణత, విషాదము ఆవరించవలసిన విధి యేమీలేదు. తృష్ణ తీరకపోవడం తృష్ణను మరింతగా పెంచి ఇతోధికప్రయత్నానికి దారితీయవచ్చు. అంతర్హృదయమున ఒక విధమగు విచారం కలగడమున్నది. కాని అది యీ నిర్విణ్ణత కాదు.

నిర్వీణత అంతర్జ్యోతిని అవరోధిస్తుంది

నిర్వీణత ఒకవిధమైన మబ్బుముసురు వంటిది. వెలుగు ప్రసన్నవాతావరణములోనుండి ప్రసరించినరీతిగా మబ్బుముసుగులోనుండి ప్రసరింపజాలదు. నిర్వీణత అంతర్జ్యోతినవరోధిస్తుందనేది సామాన్యంగా ఎల్లరకూ తెలిసినదే. కావుననే గీత అనిర్వీణ్ణచేతసుడవై ధృఢనిశ్చయంతో యోగమభ్యసించవలసినదని హెచ్చరిక చేసింది.

ప్రతిఘటన ఆత్యావశ్యకం

నిర్వీణభావం పైకొనివచ్చినప్పుడు దానినుండి తప్పించుకొనడం దుస్సాధ్యమనుమాట నిజమే. సామాన్యంగా సాధకులందరూకూడ ఇట్టి దాడులకు అగ్గమవుతూనే వుంటారు. కాని యిక్కడ జ్ఞాపకముంచుకోవలసినదొక్కటే. దీనిని ప్రతిఘటించుటకు పూనుకొనవలెనేగాని ఎట్టిమానసిక ప్రోత్సాహమునూ దీనికివ్వరాదు. దీని ప్రేరణలనామోదించి ఇది నీలో నిలద్రొక్కుకొనేటట్లు చెయ్యడం హానికరం.

అంతరాత్మ పిలుపుకు దుఃఖమనావశ్యకం

ఈశ్వరాన్వేషణతత్పరత ఆత్మకు కలుగజేయడానికి విషాదము, దుఃఖము అవసరమనుకోడం సరికాదు. ఈశ్వరునికొరకై అంతరాత్మపిలుపు ఈ తత్పరతకు ప్రేరకం కావలసి వున్నది. ఆ పిలుపు నిరాశా, దుఃఖానుభవముల్తో పనిలేకయే సంపూర్ణ భోగములు, మహోన్నత విజయముల మధ్యకూడా రావచ్చును.

ఆధ్యాత్మికసత్యమునెడ ఆకర్షణ

అజ్ఞానపూర్వక అహంకారము నడిచే యీ బాహ్యజీవితముకంటె మహత్తరమైనది, వాస్తవికమైనది వేరొకటేదియో కలదనెడి దృష్టి ఆకస్మికముగా గాని, క్రమముగా గాని కామోపభోగములమధ్య బిళ్వమంగళునకువలె ఒక మెరపుగా తోచుటచేగాని కలుగవచ్చును. జీవితము ఆసక్తిదాయకమైన క్రీడయేయైనా ఆధ్యాత్మికసత్యము దీనికంటె మహత్తరమైనదను దృష్టితో దానియెడ తరచుగా ఆకర్షితులగుటయు కలదు.

పిలుపురావడం ముఖ్యం

భగవానునికొరకై అంతరాత్మ పిలుపు కానిండు ఏదైననూ పిలుపు రావడమనేది ముఖ్యం. ఆ పిలుపు వచ్చినప్పుడు దాని ఆకర్షణ కడు మహత్తరమైనదిగా వుంటుంది. మానవప్రకృతిని సాధారణంగా కైవసమొనర్చుకొనుచుండెడి ఇతర విషయాకర్షణలేవీ ఆ యాకర్షణకు సాటిరావు.

వైరాగ్యసాధన అవసరమయ్యే సందర్భం

అంతరాత్మపిలుపు భగవానునియెడ ఆకర్షణ అవరుద్ధమగు రీతిని జీవితమునెడ అకృష్టుడగును. జీవితముతో తృప్తిచెందియుండు వానికి సాధనావస్థలో అతికష్టముపై విషయబంధవిచ్ఛేదము కలుగునట్టి వైరాగ్యసాధనదశ అనునది అవసరమేకావచ్చు. పెక్కుమంది సాధకులలో ఇట్టి దశయే గోచరమవుతూ వుంటుంది.

వైరాగ్యసాధనతో పనిలేని పరిస్థితి

జీవితమునెడ ఆకర్షణ భగవానునియెడ ఆకర్షణగా మలుపుతీసికొనినప్పుడు వైరాగ్యసాధనతో యిక పనిలేదు. ఆ మలుపువెంట సరాసరిగా ముందుకు పోవడమే కర్తవ్యం. భగవానుని యెడ ఆకర్షణయే మనకు యేడుగడయై విలసిల్లుతుంది. అందు జీవితాకర్షణ కిక చోటు కల్పింపరాదు.

నిత్యసంతోషత్వ సాధన

సాధకుడు నిత్యసంతోషియై వుండడం నేర్చుకోవాలన్నపుడు భగవదాయత్త జీవితమున నిత్యసంతోషిగా వుండవలెనని అర్థముగాని విషయాసక్త జీవితమున నిత్యసంతోషిగా వుండవలెనని కాదు. బుద్ధికి, హృదయమునకు సమ్యగ్దృష్టి అలవడినప్పుడు ఈ నిత్యసంతోషిత్వస్థితి అలవడడం అసాధ్యము.

నిత్యవిషాదస్థితి పనికిరాదు

నిత్యసంతోషిత్వసాధన ఒకవేళ కుదరకపోయినప్పటికీ సాధకుడు నిత్య విషాదస్థితిలో మాత్రం పడిపోరాదు. అట్టి నిత్యవిషాదస్థితిని మనసులో బలపరచుటయు కూడదు. మనలను నిత్యమూ భగవదున్ముఖులనుగా నుంచుటకు ఈ విషాదస్థితి ఎంతమాత్రమూ ఆవశ్యకము కాదు.

దుఃఖవాదము భారతదేశమునలేదు

దుఃఖమునుండియు, దుఃఖకారణములనుండియూ మరలి నిర్వాణసుఖమును బడయవలెనని బౌద్ధమతము బోధిస్తున్నది. వైష్ణవ 'విరహ' సిద్ధాంతములో దక్క దుఃఖవాదము భారతదేశములో లేదు. దుఃఖమొక సాధనగా సాధనలో ఒక దశగానైననూ భారతదేశమున పరిగణింపబడి యుండలేదు.

దుఃఖమును జయించడం అవసరం

దుఃఖమనునది సాధనలో కలుగవచ్చు; కలుగుతుంది. కాని సాధకుడు దానిని త్రోసిపుచ్చడము, జయించడము అవసరం. చైత్యాత్మసంబంధమైన విచారమునకు మాత్రమిది వర్తించదు. అట్టివిచారం సాధనకు భంగకరము కాకపోగా ప్రాణమయప్రకృతి విమోచనమునకు సహాయకారికూడ అవుతుంది.

అంటుకుంటే వదలని జిగురు దుఃఖభోగం

దుఃఖమును ఒక సాధనగా పరిగణించి 'దుఃఖవాద'మను పేర దానికొక వాదస్థాయి కల్పించడం ప్రమాదకరం. ఏలనంటే దుఃఖమును ఆమోదించి దానిని భోగించడం మొదలుపెడితే అది అలవాటై జిగురువలె నిన్ను అంటుకుంటుంది. ఒకసారి అంటుకుంటే దానికుండేటంత జిగురు యిక దేనికీ ఉండదు.

దుఃఖప్రాప్తికి కారణం అజ్ఞానం

దుఃఖానుభవమనునది పాపమునకు శిక్షగా విధించబడినదికాదు. అట్లను కోవడం పొరపాటు. సుఖప్రాప్తి, శుభప్రాప్తివలెనే దుఃఖప్రాప్తికూడా అజ్ఞానమయ జీవితంలో అపరిహార్యమగు నంతర్భాగం. ద్వంద్వములు పరమాత్మనుండియు, మన నిజాత్మ చైతన్యమునుండియు మనలను వేరు చేస్తున్న అజ్ఞాన ఫలితములు.

పూర్వజన్మకృతకర్మ

పూర్వజన్మకృత కర్మమనునది లేకపోలేదు. ఈ జన్మలో సంభవించు దానిలో విశేషభాగమునకు కారణమదియేకాని సంభవించునదంతయూ దానిమూలముననే యనరాదు. ఏలయన మనప్రయత్నములచేత మనకర్మను మనం సరిచేసుకొనవచ్చును.

చేసినపొరపాటుల స్వాభావిక ఫలితం

ఎట్లు కాలుటయనునది నిప్పుతో చెలగాట స్వాభావికఫలితమో అట్లే దుఃఖప్రాప్తియనునది వెనుకచేసిన పొరపాటుల స్వాభావిక ఫలితమేకాని పాపములకు విధించబడిన శిక్షకాదు. పరమాత్మవైపు మరల చేర్చుకునే పర్యంతమూ జీవుడు శ్రేయాభివృద్ధిసాధన నిమిత్తమై పొందు అనుభవములో భాగమేదుఃఖప్రాప్తి.

ఎంతటికష్టమునైనను లెక్కచేయరాదు

ఎంతటికష్టమునైనను లెక్కచేయరాదు. యోగసాధనయందు లక్షించెడి విజయసంసిద్ధికొరకు ఎంతటికష్టములనైననూ లెక్కచేయక అనుభవింప సిద్ధముగ నుండవలసినదే యనుదృష్టిని సాధకుడు పెంపొందించుకొనడం అవసరం. ఆ దృష్టితో అనుభవించబడిన కష్టములు విజయసిద్ధికి సాధనభూతములుకూడా అవుతాయి.

కష్టములు నిరాశకు దారితీయరాదు

మహోదారులు, స్వార్థరహితులునైన సాధకులు కొందరనుభవించు కష్టాలను చూచి యోగసాధనపట్ల నిరాశచెందుట కూడదు. కష్టబహుళమైనది ప్రపంచం. కావుననే యోగమనుష్ఠేయమగుచున్నది. ప్రపంచం సుఖమయము, సౌందర్యమయమే అయినట్లయితే దానిని మార్పుచెయ్యాలని కోరేవారెవరుంటారు?

కవిత్వంతో క్రొత్తజాతి ఆవిర్భవించబోదు

అమూల్యమైన ఉత్తరాలు (శిష్యులకు) వ్రాస్తూ రోజుకు పదిగంటలకాలం నేను వెచ్చిస్తున్నందువల్ల క్రొత్తమానవజాతి ఆవిర్భవిస్తుందని నేననడం లేదు. అముఖ్యములుగాక అతిముఖ్యమైన ఉత్తరాలే వ్రాసినా అది అటుల ఆవిర్భవించబోదు. ఉత్తరాలు వ్రాయడం మాని చక్కని కవిత్వరచనతో కాలం గడిపినప్పటికీ అది నూతన జాతిని ఆవిర్భవింప జేయదు.

సృష్టిలో ప్రతిపనీ ముఖ్యమైనదే

సృష్టివిధానంలో అముఖ్యమనేది లేదు. ప్రతిపనీ దానిస్థానంలో కడుముఖ్యమైనదే. ఒక ఎలక్ట్రానుగాని, పరమాణువుగాని, వడ్లగింజగాని, చూపులకు చాలచిన్నదేకావచ్చు. కాని ప్రపంచనిర్మాణంలో వాటికిగల స్థానమును త్రోసిపుచ్చుటకు వీలులేదు. పర్వతాలు, సూర్యోదయసూర్యాస్తమయాలు, ఉత్తరధ్రువప్రాంతపు విచిత్రజ్యోతిః ప్రసారాలు, వీటితోనే ప్రపంచ నిర్మాణం జరిగియుండలేదు.

వస్తుజాతంవెనుక పనిచేసే శక్తి

చిన్నవస్తువులుకానివ్వండి, పెద్దవస్తువులుకానివ్వండి, వాటివెనుక ఏ శక్తి పనిచేస్తున్నది, ఏ లక్ష్యంతో పనిచేస్తున్నది, అనేదే ప్రధానం. అది ఆ పనిని నిర్వహించే విశ్వాత్మకు తెలుస్తుంది. ఆ విశ్వాత్మ మన మనః కల్పిత ప్రమాణములతోగాక మనస్సున కతీతమైన చైతన్యశక్తి విశేషముతో తన కార్యక్రమాలను కొనసాగిస్తూ ఉంటుంది.

అతిమానసచైతన్యపు శక్తిసామర్థ్యములు

మనస్సునకతీతమైన చైతన్యశక్తి ఎలక్ట్రానునాధారంగాచేసుకొని జగత్తును నిర్మించగలదు. జడద్రవ్యమున మానసిక, ఆధ్యాత్మికశక్తుల ఖేలనకు నాడీగ్రంథుల జటిలత్వమాధారమగునట్లొనర్చి ఏ రామకృష్ణునో, ఏ నెపోలియనునో, ఏ షేక్స్పియరునో శీతన్మూలమున సృష్టిచేయగలదు.

పనివానికే తెలుసు పదార్థం విలువ

ఏ పదార్థముతో తాను పనిచేయవలసి వున్నదీ పనిచేసేవానికి తెలుస్తుంది. ఆ పదార్థమునెడ అతడు మన్నన చూపుతాడు. లోకులదృష్టికి అముఖ్యములుగా కనుపట్టే వానియెడ తనశ్రద్ధకు ఏమికారణమో, తాను కొనసాగించవలసియున్న సమగ్రకృషియందు వాటికి ఎట్టి స్థానము కలదో అతనికి తెలుసు.

క్లిష్టపరిస్థితుల నెదుర్కొనుట

మానవుడూహింపజాలని క్లిష్టపరిస్థితులెన్నో నేనెదుర్కొన్నాను. వాటిని గుర్తించక దాటవెయ్యడానికి బదులు మరింతస్పష్టంగా వాటిని చూడనేర్చి యింతకు ముందెవ్వరూ అనుభవించియుండనంత పెద్దయెత్తున వాటి నెదుర్కొని అనుభవించి వాటిలోతులను పరీక్షించిచున్నాను. కనుకనే, నేను కొనసాగించే కార్యసాఫల్యవిషయమున నాకెట్టి సందేహమూలేదు.

నిష్ఫలంకానున్నాసరే నా పని మానను

నేను కొనసాగించే పని నిష్ఫలమౌతుందని (అట్లెన్నటికిని జరుగనేరదు) ఒకవేళ నాకు గోచరించడం జరిగినప్పటికీ ఎంతమాత్రమూ చలించక నాపనిని నేను కొనసాగించుకొంటూనే పోతాను. ఏలనంటే, చేయవలసియున్నపనిని నా శక్తివంచనలేకుండ చెయ్యడమే నాకు కావలసినది. జగద్వ్యాపారంలో అటువంటిపనియే లెక్కకు వస్తుంది.

వాగమ్యం రోజురోజుకూ చేరువౌతున్నది

నేను వేసే ప్రతిఅడుగూ ఎక్కడకు తీసుకుపోతున్నదో నాకు స్పష్టంగా కనిపిస్తూ పూర్వంవలె సంవత్సరాల లెక్కలోనూ, నెలల లెక్కలోనూ గాక రోజురోజూ నాగమ్యం నాకు మరింతగా చేరువవుతున్నట్లు తెలుస్తు న్నప్పుడు, నా యీ పని నిష్ఫలం కావచ్చునని నేనేల అనుకోవాలి? మున్ముందు గంటగంటకూ కూడ ఈ పురోగతి స్పష్టం కాగలదు.

దివ్యజ్యోతివెలుగులో ప్రయాణం

ఊర్ధ్వమునుండి ప్రసరించు మహత్తరమైన దివ్యజ్యోతి వెలుగులో ప్రయా ణించేటప్పుడు క్లిష్టపరిస్థితులున్నా తం సహాయకములుగమారి ఉపయోగ పడుతూ వుంటాయి. చుట్టూ చీకటి అలముకొన్నప్పుడుకూడ తరువాత రానున్న వెలుగును అది తన గర్భమునందు దాచుకొనియే వుంటుంది.

జీవితంలో దెబ్బలు తప్పవు

మనం దెబ్బలుతినేది యోగజీవితంలోనేనా? కొన్ని సందర్భాలలో సాధ కుడు దెబ్బలుతినేది స్వయంకృతాపరాధంవలననే కాదా? సామాన్య జీవితంలోకూడా దెబ్బలనేకం తగులుతూనే వుంటాయి. జీవితం తీరే అట్టిది. దెబ్బలు మనలనంటని విధంగా పీపుచూపడం మనం నేర్చే వరకూ మన స్వభావమునుబట్టే, విషయముల స్వభావమునుబట్టే దెబ్బలు మనపైన పడుతూనే వుంటాయి.

జీవితములోని సత్యం భగవదున్ముఖతయే

ప్రపంచములో ప్రతిదీ మనలను జారవిడిచేదే. ఒక్క భగవంతుడే తనను పూర్తిగా నమ్ముకుంటే జారవిడువనివాడు. అస్థిరమైనవాటిపై కోర్కెలు పెట్టుకోడం మూలంగా మానవుడు దెబ్బలు తింటున్నాడు. కోరినవి లభించినప్పటికికూడా అసంతృప్తి తప్పదు. జీవితములోని సత్యం భగవదున్ముఖం కావడమొక్కటే.

ఆధ్యాత్మిక సంగ్రామం

పూర్ణయోగమొక ఆధ్యాత్మిక సంగ్రామం. అన్నిరకాల అహితశక్తులూ దీనిలో తలయెత్తుతాయి. ఎట్టి కష్టములనైనా చలనములేని ప్రశాంత వృత్తితో ఎదుర్కొనడానికి సాధకుడు సిద్ధమై వుండాలి. కష్టాలన్నీపరీక్షలు. సమ్యగ్వృత్తితో ఎదుర్కొంటే సాధకుడాధ్యాత్మికంగా మరింత విశుద్ధుడు, బలిష్ఠుడునై వెలువడడం తథ్యం.

సాధన ఎన్నటికీ విఫలం కాబోదు

పూర్ణయోగసాధన ఎన్నటికీ విఫలం కాబోదు. సాధకునిలో ఏదో లోపం, ఏదో మాలిన్యం, దౌర్బల్యం, అజ్ఞానం వుంటేతప్ప, అహితశక్తులాతనిని స్పృశించడంగాని, జయించడంగాని జరుగదు. కావున అతడు తనలోని దౌర్బల్యమును కనుగొని దానిని చక్కదిద్దుకోవడం అవసరం.

మానవపరిముఖంగా అహితశక్తులదాడి

అహితశక్తులదాడి మానవపరిముఖంగా జరిగినప్పుడు, వ్యక్తిగతమైన ద్వేషమునుగాని, క్రోధమునుగాని, అహంకారికాభిమానమునుగాని పెట్టు కొనరాదు. సమతతో, ప్రశాంతధీరవృత్తితో దానినెదుర్కొని ఈశ్వరశక్తిని నీలో పనిచేయుటకాహ్వానించాలి. జయాపజయమునీశ్వరునకు వదలివేయాలి.

అపోహలకు దారితీసేపద్ధతి కూడదు

ఇతరులతో వ్యవహరించేటప్పుడు మాటలలోనూ, చేతలలోనూ ఎదుటివారి కాగ్రహకారణంగా అపోహలకు దారితీసేటట్లు వ్యవహరించడమున్నది. సమాధానపడగలవారిని సమాధానపరిచేవిధంగా దృఢత్వపూర్వకమైన ప్రశాంతవృత్తితో వ్యవహరించడమూ వున్నది. ఈ రెండవ పద్ధతియే అవలంబనీయం.

వివిధసాధకుల సాధనగతి భేదాలు

కొందరు సాధకులకుసాధన తమ ప్రకృతియందలి బలహీనతలను తొలుత పోగొట్టుకుంటేతప్ప చెప్పుకోతగిన అనుభూతులు కలుగ మొదలుపెట్టవు. కొందరికి మొదట్లోనే గొప్ప అనుభూతులు కలిగి పిమ్మట చిక్కులు ప్రారంభమవుతాయి. ఒక్కొక్క కెరటంతో పైకిలేచి తిరిగి క్రిందికిపోతూ ఇట్లు దీర్ఘకాలం కొనసాగుతూ వుంటుంది కొందరి సాధన.

సాఫీమార్గంలో కొందరి ప్రయాణం

కొందరు సాధకుల సాధన సాఫీమార్గంలో సాగిపోతూ వుంటుంది. వారికి చిక్కులూ, కష్టాలూ రావనికాదు. ఎక్కువగానే వస్తాయి. కాని వాటిని వారు ఏమాత్రమూ లెక్కచెయ్యరు.కారణం ఈశ్వరుడే తమ్మి గమ్యానికి చేర్చగలడని వారు భావిస్తూ వుంటారు. ఈశ్వరానుభూతిని తాము పొందక పోయినా తమవెంట ఆయన ఉన్నాడనే నమ్మకంవలన వారికెట్టి ఆందోళనయు కలుగదు.

ద్వంద్వప్రవృత్తితో సాధన చేయరాదు

ఒకవైపున ఉన్నతలక్ష్యాలను సాధనచేస్తూ, వేరొకవైపున అవరవాంఛలను తీర్చుకొనగోరే ద్వంద్వప్రవృత్తితో యోగసాధన చేయబూనేవారికి సాధన ప్రమాదభూయిష్ఠమే అవుతుంది. ఏకమనస్కతను నీవు అవలంబించడం అవసరం. మనః, ప్రాణకోశ సంబంధములైన చిక్కులను నిర్మూలించడం అపుడు సుకరమవుతుంది.

పతనంనుండి కాపాడే లక్షణాలు

ఏకమనస్కత, సంకల్పశుద్ధి, శ్రద్ధ, ఈశ్వరునియెడ నిక్కమైన అనురక్తి, ఈశ్వరునకు ఆత్మసమర్పణ, ఆధ్యాత్మికవినమ్రభావం, ఇత్యాది లక్షణములనేకం కలవు సాధకులను పతనమునుండి కాపాడజాలినవి. వీటిని

అలవరచుకోగలిగినప్పుడు ఏ తొట్రుపాటులు కలిగినా అవి తాత్కాలిక ములై సాధనకు దోహదంచేసి పురోగతికే తోడ్పడగలవు.

ఇతరులవైఫల్యాలకు నీవు చలించవద్దు

సాధనలో ఇతరులకు కలిగిన చిక్కులను పురస్కరించుకొని నీవు నీ సాధనయందు శ్రద్ధాభక్తులను విడనాడరాదు. ఎవరి సాధన వారిదే. ఎవరి చిక్కులు వారివే. సాధకుని సాధన అతనికీ భగవంతునికీ సంబంధించిన విషయం. ఇతరులకు అందులో భాగంలేదు. కావున ఇతరుల వైఫల్యములతో ముడిపెట్టుకోకుండ నీ సాధనను నీవు నిశ్చలభావంతో కొనసాగించడం అవసరం.

ఇతరుల పురోగతి చూచి ఉత్సాహం తెచ్చుకో

సాధనలో ఇతరులవైఫల్యం కారణంగా నీ భావిని గురించి నీవు శంకించనక్కరలేదు. ఇతరులచే నీవు ప్రభావితుడవు కావలచుకొంటే సాధనలో పురోగమించుచున్నవారిని చూచి ఆశాభావాన్ని ఎందుకు పెంపొందించుకొనరాదు? విఫలులైనవారివలె పురోగమించుచున్నవారు తమ పురోగతిని చాటుకోరన్నమాట నిజమే. అదెట్లున్నా వైఫల్యాలు కొన్నిలోపాలవల్ల కలుగుతాయనేది మరచిపోరాదు.

పురుషప్రయత్నంలోని ముఖ్యాంశాలు

లక్ష్యప్రాప్తికై ఆకాంక్ష, అవరోధముల నిరాకరణ, దైవమునకాత్మ సమ

ర్పణ ఈ మూడింటితో కూడిన ప్రయత్నం లోపించినప్పుడే అది వైఫల్యమునకు దారి తీస్తుంది. ఈ మూడునూ నీలో ఒనగూడిననాడు శ్రీమాత అనుగ్రహంవలన ఇకతక్కినదెల్ల సహజముగానే సిద్ధింపగలదు.

అత్యంతముఖ్యమైనది ఆత్మసమర్పణ

అన్నిటికంటె ముఖ్యమైనది దైవమునకాత్మసమర్పణ. మొట్టమొదటగా ఇది విశ్వాసము, నమ్మకము,కష్టపరిస్థితియందు సహనము అనే రూపమున ప్రస్ఫుటం కావలసియున్నది. లక్ష్యప్రాప్తికై ఆకాంక్ష ఉన్నంతమాత్రమున విశ్వాసము నమ్మకము ఒనగూడుతవని చెప్పవీలులేదు. పైపెచ్చు జడత్వకారణముగ ఆకాంక్ష లేకపోయినా విశ్వాసము, నమ్మకము ఉండవచ్చు.

విశ్వాసం పూరించుకోడం అవసరం

ఆకాంక్ష దిగజారడంతోపాటు విశ్వాసము, నమ్మకము భ్రష్టమైపోయినప్పుడు స్వప్రయత్నం మీదనే ఆధారపడిన సాధకుడు హతాశుడై పోతూవుంటాడు. అలాకాక ఆకాంక్ష మరల ఉద్దీపింపగలదని తనకు తెలియకపోయినా శ్రీమాత తనను వెంటనంటి వుండి చీకట్లను దాటించగలదనే విశ్వాసమునతడు పూరించుకొని వుండడం అవసరం.

పురుషప్రయత్నమును త్యజింపరాదు

విశ్వాసపూరితుని ఛాయలలోనికి విషణ్ణత రానేరదు. ఇది తామసిక

ఆత్మసమర్పణగాదు. తామసిక ఆత్మసమర్పణమందు సాధకుడు పురుష ప్రయత్నమేమీ చేయక అన్నీ శ్రీమాతయే చేయవలెనన్న ధోరణిలో ఉంటాడు. అట్లుగాక పురుషప్రయత్నంచేస్తూ ప్రతికూలపరిస్థితులందు శ్రీమాతశక్తిపై విశ్వాసమును పూరించుకొని వుండడమే సరియైన పద్ధతి.

తదేకనిష్ఠ అవసరం

ఆధ్యాత్మికపథములో ప్రయాణమునకు అంతరాత్మయైన చైత్యపురుషుని పిలుపువచ్చిన ప్రతివానికీ అందుకు అవసరమయ్యే శక్తిసామర్థ్యములు తప్పకవుంటవి. కాని అతడు గమ్యస్థానమును చేరుకొనవలెనంటే తదేక నిష్ఠతో ప్రయాణం సాగించు యిచ్ఛాశక్తినతడు పెంపొందించుకోడం అవసరం.

రెండురకములైన ప్రవృత్తి లక్షణాలు

ప్రతిసాధకునిలోనూ రెండురకములైన ప్రవృత్తిలక్షణాలుంటాయి. ఆతని అంతస్సత్త భగవంతునియందు, సాధనయందు అభిలాషకలిగి వుంటుంది. బాహ్యస్సత్త వాటికి విముఖమై మామూలు జీవితమునే అంటిపెట్టుకొని యుండగోరుతుంది. మనస్సు ఒకప్పుడు అంతస్సత్తనూ, వేరొకప్పుడు బాహ్యసత్తనూ అనుసరిస్తూ వుంటుంది.

సాధకుని కర్తవ్యం

బాహ్య, అంతస్సత్తలమధ్య ఏర్పడిన సంఘర్షణలో సాధకుడు అంతస్సత్త వక్షం వహించడానికే కృతనిశ్చయుడు కావడం అత్యంతావశ్యకం. చైత్య

పురుషుని ఆకాంక్ష, స్థిరమైనబుద్ధిభావన, ఉదాత్తహృదయావేశములు వీని ద్వారమునసతడు బాహ్యస్పత్తను మొదట నిశ్చలమొనర్చి పిమ్మట దాని ఆమోదమునకు కృషిచేయవలసి వుంటుంది.

అంతస్సత్త ఆకాంక్షను కుంటుపరిచే స్థితి

బాహ్యసత్తప్రతిరోధాలను నిలువరించి దానిని దారికితెచ్చే ప్రయత్నం చెయ్యనంతకాలం సాధనయందు సాధకుని పురోగతి చాలమందముగాగాని, పెక్కుఒడుదొడుకులతోగాని కొనసాగకతప్పదు. ఏలనంటే, అంతస్సత్త యందలి ఆకాంక్షకు అవిచ్ఛిన్నంగా పనిచేసి ఫలితం సాధించే సామర్థ్యం కుంటుపడుతుంది.

నిరాశానిస్పృహలకు లోనయ్యే పరిస్థితి

బాహ్యసత్త ప్రతిరోధాలు నిలువరించబడక సాధన త్వరితగతిని కొన సాగనప్పుడు నిరాశ, నిస్పృహ మొదలైనవి తలయెత్తి సాధనకు తన శరీరం అనర్హమని సాధకుడు తలపోయడం, పూర్వజీవితంలోనికి మగిడి పోవాలని అనుకోడం సంభవించవచ్చు. పరిస్థితులుకూడా దానిని బలపరు స్తున్నట్లే కనిపిస్తాయి. కాని, పూర్వజీవితంలోనైతం అతనికి నిజమైన సంతృప్తి వుండబోదు.

అనేక వ్యక్తిత్వముల మిశ్రమం

ప్రతివానిలోనూ రెండువ్యక్తిత్వములుకాదు,అనేకవ్యక్తిత్వములు మిశితమై

వున్నాయి. వీటన్నింటికీ సామరస్యము సాధించి ఒకే పూర్ణవ్యక్తిత్వముగా వాటిని సంఘటితపరచి రూపాంతరం చెందించడం పూర్ణయోగం లక్షించెడి యోగసిద్ధిలో ఒక ముఖ్యాంశం.

నిత్యప్రత్యక్ష వైరుధ్యం

వివిధభాగములనడుమ, వ్యక్తిత్వములనడుమ, సామరస్యం చాలామందిలో మృగ్యంగా వుంటుంది. ప్రయత్నపూర్వకముగా దానిని సాధించవలసి వుంటుంది. సాధనయందొకదశలో సర్వోన్నతవిభాగములకూ, క్రిందికి దిగలాగే విభాగములకూ వైరుధ్యం నిత్యప్రత్యక్షమై తారసిల్లుతుంది. ఇది అందరిలోనూ ఒకేస్థాయిలో వుండకపోవచ్చు.

దైవానుగ్రహం

సాధకుని సంఘర్షణలన్నింటికీ వెనుక దైవానుగ్రహం ఉండనేవున్నది. సర్వమూ సిద్ధమైనప్పుడది హఠాత్తుగాగాని క్రమాధికప్రాబల్యముతోగాని ప్రకటమై అతని చిక్కులను పరిష్కరిస్తుంది. వెలుగుకొరకై అతి తీవ్రాకాంక్ష సాధకునిలో బయలుదేరడం అట్టి ప్రకటనసమయమాసన్నమైన దనుటకు బాహ్యసూచనయే.

క్రీస్తుకు, బుద్ధునికిసైతం తప్పలేదు

సాధనమార్గంలో సంశయములకు, నిరాశ, నిస్పృహలకు గురికాని వారెవ్వరు? ఏసుక్రీస్తు, బుద్ధుడు వంటివారు సైతం వాటినెదుర్కొన్నవారే.

లక్ష్యం సాధించితీరవలెనన్న అకుంఠితదీక్ష తేజరిల్లినప్పుడు జయం తుదకు తథ్యం. ఈ విషయమును ఏమాత్రమూ సంశయింపబనిలేదు.

ప్రతిరోధకల్పనకు తనలోనే మరొకవ్యక్తి

ఒక మహత్కార్యనిర్వహణకు కావలసిన యోగ్యతాసంపత్తి ఒకనిలో విశేషంగావున్నప్పుడు,ఆవ్యక్తిలో భాగంవలెనే ఒక్కొక్కప్పుడు తోపింపజేసే వేరొకవ్యక్తి అతనినంటిపెట్టుకొని వుండి అతనికి ప్రతిరోధాలు కల్పిస్తూ వుండడమనేది అనుభవసిద్ధమైన విషయమే. ఒక్కొక్కప్పుడు ఇట్టి ప్రతికూలశక్తి బయటినుంచి అతని పరిసరవాతావరణంలోనికి అడుగు పెట్టడంకూడా కద్దు.

ప్రతిరోధకల్పనల ఆంతర్యం

నిర్వహించవలసియున్న కార్యముయొక్క పూర్ణస్వరూపమును సాధకుని ఎట్టయెదుట పెట్టడం నిమిత్తమే ప్రతిరోధాలు, అతనిలో వ్యక్త్యంతరం కల్పించబడడం జరుగుతూ వుంటుంది. సమస్యనిట్లతడు తన సొంతం చేసుకొని పోరాడిననేతప్ప ఆ సమస్య సరియైన రీతిలో పరిష్కారం కానేరదు.

సమాధివలన తీరని సమస్య

సమాధ్యనుభవం జీవితసమస్యనుండి తప్పించుకొనడంమాత్రమే అవుతుంది. శరీరం అచలమై స్థూలమనస్సు ఒకవిధమైన మాంద్యస్థితిలోపడి

అంతఃచేతనమాత్రం స్వచ్ఛంగా అనుభూతులను పొందుతూ వుంటుంది. కాని యిందలి చిక్కేమిటంటే సమాధి సాధకునికి తప్పనిసరియైన ఉపాయం అవుతుంది. జాగ్రచ్చేతన సమస్య పరిష్కారం కానేరదు. అది దోష భూయిష్ఠంగానే వుండిపోతుంది.

దోషాలు శాశ్వత ప్రతిబంధకాలుకావు

ఎంతటి ప్రబలదోషములైనా యోగసాధనలో పురోగతికి శాశ్వత ప్రతిబంధకములు కానేరవు. కాపట్యమొక్కటే శాశ్వత ప్రతిబంధకము కాజాలినది. కాని అదిగూడా మార్పు చెందవచ్చునుగదా! దోషసహితత్వమే అవరోధమైతే ఎప్పుడూ యోగంలో విజయం సాధించలేరు. ఏమంటే అందరూ దోషసహితులే.

దీర్ఘకాలమాంద్య స్థితికి అధైర్యం చెందకు

సాధనలో పురోగతి కనిపించినట్లే కనిపించి తిరిగి దీర్ఘకాలం ఒకవిధమైన మాంద్యం ఆవహించినందుకు నీవు నీయోగ్యతవిషయమునవిశ్వాసరుకోల్పో వలసిన పనిలేదు. ఆధ్యాత్మికసిద్ధిని పొందగల అదృష్టం నీకు లేదు కాబోలునని చింతించవలసిన అవసరమునూలేదు. ప్రయాణంలో వెలుగు, చీకట్లదశలు కడు అరుదుగా ఎక్కడోతప్ప సర్వసాధారణంగా యోగుల అనుభవంలోనివే.

మహనీయుల్లో సైతం మహాదోషములు

యోగసాధనలో మహత్తరశక్తి సామర్థ్యములు వెలార్చుకొన్నవారిలోనే తరచుగా మహత్తరదోషాలుకూడా వుండివుండడం కద్దు. మహాజ్ఞాని సోక్రటీసు తన దోషాలనుగురించి తానే వ్యాఖ్యానించుకొన్నాడు. మహయోగులనేకులు తమయందు మొదటఉండిన దోషాలను సైతం అదేపద్ధతిలో వ్యాఖ్యానించుకోవచ్చు.

అంతశ్శుద్ధి ఆవశ్యకత

కాపట్యంలేని అంతశ్శుద్ధి ఒక్కటే అన్నింటికంటె ముఖ్యంగా యోగ సాధనకు కావలసినది. దీనికితోడు పట్టుదలతో సాధనకొనసాగించే ఓపిక కూడా ఉండడం అపేక్షణీయం. చాలామంది యీ ఓపికతప్పి తిరుగుబాటు నిరాశ, బడలిక, తాత్కాలికమైన అవిశ్వాసం మొదలైనవాటికి లోనవుతూ వచ్చినా వారిలోని ఆత్మశక్తి వారిని ముందుకు నెట్టుతూనే వుంటుంది.

మాంద్యస్థితి ఏర్పడుటకొకకారణం

మాంద్యస్థితి దీర్ఘకాలం నిర్వహించినప్పుడు దానికి కారణములు ఏమై వుంటవా అని విచారించు. దివ్యతేజశక్త్యానందముల నిరంతరావతరణను మానవచేతన భరించలేకపోవడంవలనగాని, ఒక్కసారిగా వాటిని గ్రహించి జీర్ణించుకొనలేకపోవడం వలనగాని, ఇట్టిది సంభవిస్తూ వుండవచ్చు. అట్టి సందర్భాలలో ఆ పొందిన అనుభవం తెరమరుగునకు పోయి అచట క్రమంగా జీర్ణంకావడం జరుగుతుంది.

మాంద్యావస్థలు క్రమంగా తగ్గేపరిస్థితి

అనుభవాలను జీర్ణించుకొనేసామర్థ్యం హెచ్చి సాధన పరిణతిని పొందు తున్నకొలదీ, మాంద్యస్థితుల కాలపరిమితులు క్రమంగా తగ్గుకుంటూ వస్తాయి. పూర్వంవలె ఆస్థితి అంతగా బాధాకరంకానేరదు. సద్యఃపురోగతిని కల్పించక పోయినా ఘనతరచేతనయొకటి బాహ్యప్రకృతిఆధారంగా నిలచివున్నదనే భావనవలన ఆస్థితి ఉత్తేజమును పైతం పొందుతుంది.

మాంద్యావస్థలకు మరొక కారణం

మానవప్రకృతిలో దివ్యశక్త్యానందముల అవతరణస్పర్శను పొందని విభాగమేదైన మార్పును చెందక ప్రతిరోధంకల్పించడంవలనకూడా సాధకునియందు మాంద్యావస్థ ఏర్పడడానికి అవకాశం వున్నది. కారణం కనిపెట్టి దానిప్రవృత్తిలక్షణం తెలుసుకొని దానిని తొలగించి వేయుటకు దివ్యశక్తినాహ్వానించేయెడల మాంద్యావస్థలు తగ్గుముఖం పట్టుతాయి.

మాటున పనిచేస్తూ వుంటుంది దివ్యశక్తి

ఎట్టిమాంద్యావస్థలలోనైనమా దివ్యశక్తిమాత్రం మాటునవుండి సదాపని చేస్తూవే వుంటుంది. హఠాత్తుగా ఒకరోజున ఆ ప్రతిబంధం తొలగి మబ్బులు విచ్చిపోయి వెలుగు మనలో మరల ప్రకాశించడం సంభవిస్తుంది. ఇది ఇట్లు జరుగనున్నట్లు మనము ముందుగా తెలుసుకోలేముకూడ. కావున యిట్టి పరిస్థితులలో కంగారుపడక ప్రశాంతముగా దివ్యతేజస్సునాహ్వానిస్తూ అందుకొరకై ఉన్మీలనం చెందడంకంటె కర్తవ్యంలేదు.

వెనుకటి శ్రమలన్నిటికీ పరిహారం

అవరోధం విచ్ఛిన్నమై మాంద్యస్థితి తొలగిపోయినప్పుడు, సాధనలో మనమెంతగానో పురోగమించినట్లు తెలుసుకొంటాము. ఊర్ధ్వమునుండి వచ్చే దివ్యతేజశ్శక్త్యానందములను గ్రహించి జీర్ణించుకొనుటకు మనచేతన పూర్వముకంటే ఎక్కువశక్తిమంతమై విలసిల్లుతుంది. వెనుక పడినశ్రమలన్నిటికీ తగిన పరిహారం పొందుతాము.

ఆధ్యాత్మికజీవితపు స్వభావలక్షణం

ఏదైనా ఒక ఆధ్యాత్మికానుభూతి, సాక్షాత్కారము కలిగినంతమాత్రముతో ప్రతివాడూ ఉత్తరక్షణంలో ఏలోపాలూలేని సిద్ధుడైపోగలడని తలపోయరాదు. ఆధ్యాత్మిక జీవనమనునది ఆకస్మికంగా, అనూహ్యంగా యిట్టే సంప్రాప్తమయ్యే అలౌకికసంఘటన కాదు. దానిస్వభావం క్రమాభివృద్ధి.

బాహ్యసంసిద్ధికోరని ఆధ్యాత్మికసంపత్తి

మహాయోగులుకూడా తాము సిద్ధులమైనామని చెప్పుకోరు. పూర్ణసిద్ధులు కానంతమాత్రంచేత వారి ఆధ్యాత్మికత బూటకమనిగాని ప్రపంచానికి వారు వయోగపడరనిగాని తలపోయరాదు. ఆధ్యాత్మికానుభవసంపత్తిగల కొందరు దానితో తృప్తిజెంది బాహ్యసంసిద్ధిని, అభివృద్ధిని ఏమాత్రమూ అపేక్షింపక పోవచ్చును.

పరమహంస లక్షణం

విశ్వాత్మునితోడి ఐక్యమున కొందరు మహనీయులు విశ్వచైతన్యమున నివసించుటతో తృప్తిపడి నానావిధములైన విశ్వశక్తులూ తమలోనుండి దూసుకుంటూ పోవడానికి అవకాశమిస్తూ వుంటారు. ఇది పరమహంస లక్షణంగా చెప్పబడినది. ఆధ్యాత్మికజీవితాన్ని గిరిగీసి పరిమితం చెయ్య డానికి వీలులేదు.

ఆధ్యాత్మిక జీవితం

ఆధ్యాత్మికజీవితక్షేత్రం అత్యంత విస్తృతం. ఏ కఠిననియతితోను, నిర్వ చనంతోను దానిని పరిమితం చెయ్యడానికి వీలులేదు. దానికి దిగువనుండే ఇతర జీవితక్షేత్రములకంటే ఎంతో, విశాలమై, బహుధా విభిన్నమైన లక్ష్యాలతో, గతులతో, మార్గాలతో, మజిలీలతో అది ఒప్పారుతూ వుంటుంది.

ఆధ్యాత్మికవిషయముల సమ్యగవగాహనం

ఆధ్యాత్మికజీవితక్షేత్రపు బహుధా విభిన్నమహావిస్తృతి స్వరూపమును దృష్టియందుంచుకొన్నప్పుడే ఆధ్యాత్మికవిషయముల సమ్యగవగాహనం సాధ్యమవుతుంది. గతకాలంలోగాని, వర్తమానకాలంలోగాని, ఆ యా ఆధ్యాత్మిక పురుషులు అందుకొన్న అంతస్తులెట్టివో, వివిధలక్ష్యములయు, మార్గములయు, మజిలీలయు పరస్పరసంబంధములెట్టివో గుర్తించుటకు వీలవుతుంది.

సాత్వికసంసిద్ధికాదు కోరవలసినది

ఏదైనానొక మానసికాదర్శమున కనుగుణమైన సగుణకర్మలరూపంలో సాధించబడిన సాత్వికసంసిద్ధి తరచుగా ఒకవిధమైన సాత్వికాహంకారమును జనింపజేస్తుంది. దైవేచ్ఛకు ఆత్మార్పణ మొనర్చుకొని తదనుగుణంగా వర్తింపగల యోగ్యత సాధకుని అంతశ్చేతనకు యిట్టిపరిస్థితిలో అలవడనేరదు. నిక్కమైన ఆధ్యాత్మిక సంసిద్ధియందు మాత్రమే అట్టిది లభ్యం.

నిక్కమైన ఆధ్యాత్మిక సంసిద్ధిలక్షణం

నిక్కమైన ఆధ్యాత్మికసంసిద్ధి బాహ్యలక్షణములనుబట్టి నిర్ణీతమగునదికాదు. అయ్యది అంతశ్చేతనావస్థితినిబట్టి నిర్ణీతమవుతుంది. ఈశ్వరచేతనతో సంపూర్ణసామరస్యమును పొంది ఈశ్వరేచ్ఛాను సారంగా వర్తించడానికి సాధకుని చేతన అనుక్షణమూ సంసిద్ధమైవుంటుంది. దాని తీరుతెన్నులు తేలికగా అవగాహనకావు.

ఈశ్వరశక్తికున్ముఖలన చెందడమే కావలసినది

నీ ప్రకృతియందెట్టిలోపములైనా వుండనీ ఫరవాలేదు. ఈశ్వరశక్తికి ఉన్ముఖితుడవై ఉండడమొక్కటే కావలసినది. కేవలం స్వశక్తిచేత యెవ్వడూ పరివర్తనం చెందజాలడు. అతనిని పరివర్తింపజేయజాలినది ఈశ్వరశక్తిమాత్రమే. నీవు ఉన్ముఖితుడవై వుంటే తక్కినదంతా ఈశ్వర శక్తియే నీకు చేసిపెట్టుతుంది.

ఆకాంక్షా, సంకల్పబలముల ఉపయోగం

కేవలం తమ ఆకాంక్షాబలం, సంకల్పబలం చేతనే అవరప్రకృతిశక్తులను జయింప సమర్థులగువారు కడుఅరుదు. వారైనా వాటిని ఒకవిధమైన అదుపులో పెట్టగలుగుదురేకాని వాటిపై సంపూర్ణాధిపత్యం సాధింపజాలరు. ఈశ్వరశక్తిని క్రిందికిగొనితెచ్చుటకు అవరశక్తులను జయించుకారణమున దానిపక్షముననే పురుషుడు నిలబడునట్లు చేయుటకుమాత్రము ఆకాంక్ష బలమూ సంకల్పబలమూ ఉపయోగపడవలసి.యున్నది.

ఈశ్వరారాధనగా కర్మల పరివర్తనము

సకలకర్మలూ ఈశ్వరారాధనగా మార్పుచెందునట్లు చేయడం కేవల మన స్వంయమనంవలన సాధ్యం కానేరదు. హృదయంలో బలమైన ఆకాంక్ష ఉండడం అవసరం. ఆరాధ్యదైవపు సాన్నిధ్యస్పర్శను పొందుటకు ఈ హృదయాకాంక్ష తోడ్పడుతుంది. భక్తుడు తన ఆరాధ్యదైవపు అనుగ్రహం పైననే ఆధారపడతాడు.

ప్రతిష్టంభనలు

సాధన కొనసాగించేటప్పుడు తరచూ ప్రతిష్టంభనలు ప్రతివారికీ సంభవిస్తూనే వుంటాయి. ఒక్కొక్క అడుగు ముందుకు వేసినప్పుడెల్ల ఇలాంటి ప్రతిష్టంభన ఏర్పడడంకూడాకద్దు. అట్టి సందర్భంలో మరింత నిశ్చలతను చిక్కబట్టుకొని సాధన కొనసాగితీరాలనే దృఢసంకల్పముతో భగవంతునకు అధికాధికంగా ఉన్మీలనం చెందడమే కర్తవ్యం.

నిరాశావశుడవు కావద్దు

ఎంతటివిపత్కర క్లిష్టపరిస్థితిలోనైనా భగవత్సన్నిధి, గురుకటాక్షము చాటున వుండి పనిచేస్తూనే వున్నవవే విశ్వాసమును పునరుద్ఘాటించుకుంటూ సాధన యందేర్పడిన ప్రతిష్టంభనకు కారణమేమిటో వెతకి చూచుకొని దానిని తొలగించుకో. ఇట్లు చేయడంలో నిరాశాభావాన్నిమాత్రం దరిచేరనివ్వకు.

ప్రతిష్టంభనలలోవి భేదాలు

నిరాశకు వశంగాక విశ్వాసంతో కొనసాగించిన ప్రయత్నంవలన ప్రతిష్టంభనల బలం తగ్గి దీర్ఘకాలం నిలువకుండా తగ్గుకుంటూ వస్తాయి. ఒక్కొక్కప్పుడీప్రతిష్టంభనలు సాధనలో అంతకుపూర్వం గడించిన లాభాలను భుక్తపరచుకోడానికీ, కానరాని క్రొత్తసన్నాహమొకటి చేయడానికీ సంభవిస్తూవుండవచ్చు.

విశ్వశక్తులు కల్పించే అవరోధాలు

ఆంతరంగిక కారణాలవలననేకాక వెలుపల విశ్వశక్తులు కల్పించే అవరోధాలవలనకూడా ప్రతిష్టంభనలు ఏర్పడుతూ ఉండవచ్చు. ప్రతిష్టంభనలు దీర్ఘకాలం వేధిస్తాయా, లేక త్వరలోనే విడిపోతాయా అనేది వాటి జటిలత్వలక్షణాలపైన ఆధారపడి వుంటుంది. కాని సమ్యక్ప్రయత్నంవలన ఎట్టివాటినైనా సంబాళించవచ్చు.

ఎంతటివారికైనా తప్పదు

ఎంతటి పురోగతి సాధించిన సాధకులైనా సర్వకాలసర్వావస్థలలోనూ సమ్యక్చేతనతో పూర్ణజాగరూకులై వుంటారని చెప్పుటకు వీలులేదు. సామాన్యప్రవృత్తిలక్షణం వారిలో సైతం ఎడనెడ తలయెత్తుతూ తిప్పలు పెట్టుతూనే వుంటుంది. కనుక అది గుర్తునందుంచుకొని నిరాశకు తావీయకుండడం అవసరం. నిరాశవలన పురోగతి ఆలస్యమవుతుంది.

దశలవారీగా పురోగతి

నీలోని సకలవిభాగాలూ ఒక్కసారిగా దీప్తంకావాలని ఆశించబోకు. మహాయోగాల పురోగతికిసైతం వివిధదశానుక్రమణిక తప్పదు. సత్యచేతనను వారు మొదట హృదయంలోపలనో, వెనుకనో, లేక శిరస్సులోపలనో, పైననో ప్రతిష్ఠించుకుంటారు. పిమ్మట ఆచేతన ఒక్కొక్కవిభాగమునే కైవసమొనర్చుకొంటూ విస్తరించడము, లేక క్రిందికి దిగిరావడము సంభవిస్తుంది.

ఊర్ధ్వమందే సకలమూ సన్నద్ధం

సమస్తమూ ఊర్ధ్వముననే సన్నద్ధం చేయబడుతుంది. అల్లా సన్నద్ధం చేయబడినవానికే అంతఃపురుషుడు కార్యరూపమీయగా, దానిఫలితములు బాహ్యవ్యక్తిత్వమున అభివ్యక్తమొనర్పబడి నిర్దుష్టముగా తీర్చిదిద్దబడుతవి. కావున ఏచిక్కులువచ్చినా కంగారుపడక సమస్తమూ ఊర్ధ్వముననే సన్నద్ధంచేయబడినదని గుర్తెరిగి ప్రశాంతచిత్తుడై వేచిచూడ నేర్చుకోవాలి.

అవరశక్తుల రేగుదల

ఈశ్వరశక్తి నీలోనికవతరించడం నీయందలి అవరశక్తులను పైకిరెచ్చగొట్టడంకోసంకాదు. దానికార్యకలాపమునకు ప్రతిక్రియగా అవి నీలో రేగడం పంభవిస్తుంది. నీ సమస్తప్రకృతికినీ మూలమువ సునిశ్చలము, సువిశాలమునగు చేతనను నీవు ప్రతిష్ఠించుకొని వున్నట్లయితే ఈ అవర శక్తులరేగుదల నీ లోపాలను ఎత్తిచూపేదిమాత్రమే అవుతుంది.

అవరశక్తులను స్వయంగా రెచ్చగొట్టే పద్ధతి

నిశ్శేషముగ క్షీణనమయ్యేవర్యంతమూ అవరశక్తులు పైకిరేగుతూనే వుంటాయి. గనుక, వాటినన్నింటినీ మొత్తముమీద స్వయంగా రెచ్చగొట్టి జయింపజూచేపద్ధతి మంచిదికాదు. కొన్నిసందర్భాలలో ఇది కార్యకారియే అయినా వీటిని రెచ్చగొట్టేవి విశ్వశక్తులగుటచే తమంతతాముగా యివి క్షయించడంమాత్రం అసంభవం.

అవరశక్తులు క్షయంపొందాలంటే

అవరశక్తుల బలం కొంతకాలమైనపిమ్మట తగ్గుతూవుండడాన్నిబట్టి వాటంత టవేక్షయిస్తున్నట్లుగా లోకం అనుకొంటూవుంటుంది. కాని అది నిజంకాదు. పురుషునిచే నిరాకరింపబడుటచేతను, అట్టినిరాకరణకు ఈశ్వరసహాయం లభించడంచేతనుమాత్రమే అవి క్షయంపొందడం సాధ్యమవుతుంది.

భౌతికశరీరమున అవరశక్తుల రేగుదల

మనోమయ, ప్రాణమయవిభాగములలోకంటె భౌతికశరీరమున అవరశక్తులను రెచ్చగొట్టడం మరీప్రమాదకరం. శరీరమునకిందుమూలమున విపరీతమైన హానికలుగవచ్చు. శారీరకచేతననుగూడ ఈశ్వరశక్తికుసన్మీలితమొనర్చి క్రమంగా దానికి విధేయమగుటను నేర్పుతూ అవరశక్తిని కోసివుచ్చుటలో దానిసహాయమునర్థించడమే సరియైనపద్ధతి.

శారీరకప్రకృతి అభ్యాసములపుట్ట

శారీరకప్రకృతి అభ్యాసములపుట్ట. అభ్యాసవశంచేతనే వ్యాధికారశక్తులకది లోనవుతూ వుంటుంది. అట్లుగాక ఈశ్వరశక్తికిలోనయ్యే అభ్యాసం దానియందు ప్రవేశపెట్టడం అవసరం. పరమమైన చైతన్యావతరణం జరిగినప్పుడు వ్యాధులు తలయెత్తనేరవు.

తప్పుచేసినందుకు తల్లడిల్లబోకు

స్వల్పవిషయాలకు కలతజెంది తలక్రిందులు కాబోకు. తప్పుచేస్తే తప్పుచేశావని తల్లడిల్లుతూ కూర్చోకు. తప్పుకు కారణం కనుగొని భవిష్యత్తులో అట్టిది పునరావృత్తం కాకుండావుండే ఉపాయమవలంబించు. కలతలేకుండ ప్రశాంతంగా అంతస్సత్తలోనుండి విషయపమీక్ష చేయగలిగినప్పుడే ఈ పని నీకు సాధ్యమౌతుంది.

చిక్కులోనుంచి బయటపడే కీలకం

దివ్యశాంతికీ, దివ్యశక్తికీ ఉన్మీలితమైన నిశ్చలమనస్సునందే ఏచిక్కులో నుంచిఅయినా బయటపడే ఉపాయం నీవు కనుక్కోగలుగుతావు. నిజమైన తప్పులే నీవు చేసినప్పటికీ కంగారుపడక ప్రశాంతచిత్తుడవై సత్క్రమ మార్గమున నడచుటకు భగవంతునిపై ఆధారపడ నేర్చుకొనుటయే చిక్కులోంచి బయటపడే కీలకం.

చేసినతప్పుకు సరియైన పరిహారం

చేసినతప్పుకు పరిహారంచెయ్యడం ఎట్లనేదే నీ ఆరాటమయినట్లయితే దివ్యసత్యప్రేమలకు నిన్ను నీవు ఉపకరణంగా చేసికొనడాన్ని మించిన పరిహారంమరిలేదు. సంపూర్ణమైన ఆత్మసంశుద్ధి, ఆత్మనివేదనపూర్వకంగా ఈశ్వరునకు ఆత్మోన్మీలనమొనర్చుకొని ఇందుకు ప్రతిబంధకమైనదానినెల్ల త్రోసిపుచ్చడమే నీవు చేయవలసినపని.

ప్రారంభదశలో సాధకుడు కోరవలసినది

ఆత్మోన్మీలనపూర్వకమైన అంతర్వికాసమును, పరివర్తనమునుదక్క సాధకుడు ప్రారంభదశలో మరేఫలమునూ కోరరాదు. అట్లుకోరేయెడల తీవ్రమైన ఆశాభంగమునతడెదుర్కొనవలసి వస్తుంది. అంతర్విజయ సాధనపిమ్మటనే బహిర్విజయసాధన.

సుస్థిరమైన పునాది

నీ అంతస్సత్తయందొక స్థానమున్నది. అచట నెలకొనడం నేర్చుకుంటే బహిశ్చేతనయందలి మార్పులన్నింటినీ ప్రశాంతముగా సునిశ్చయదృష్టితో తిలకించవచ్చు. బహిశ్చేతనను అట్టిసునిశ్చితదృష్టిననుసరించి మార్చుకొనే ప్రయత్నంకూడా చేయవచ్చు. అదియే సాధనకు సుస్థిరమైన పునాదిగా ఉపయోగపడగల స్థానం.

అంతరికశక్తుల ఖేలనం

దైవముదెస ఉన్మీలితుడవుకా నేర్చినకొలదీ నీలో చైతన్యవికాసం వర్ధిల్లుతుంది. చైతన్యవికాసపు ఒక సత్ఫలితం అంతరవలోకనం. నీయందలి దౌర్బల్యాలనేకాదు అంతరికశక్తుల సమస్త ఖేలనమునూ నీవు చూడగలుగుతావు. దౌర్బల్యాలను కేవలముగ వ్యక్తిగతదృష్టితో చూచి అధైర్యం చెందరాదు.

ఒక్కసారిగా వెంటనే జరిగేపనికాదు

అంతరికశక్తుల ఖేలనమంతయూ ప్రకృతిదే. సమస్తమానవసామాన్యమైన మనోమయ, ప్రాణమయ, అన్నమయప్రకృతుల ఖేలనం దోషజుష్టంగాన, ప్రస్తుతమున్న ఖేలనను జగన్మాతతేజశ్శక్తులతోడ్పాటున రూపాంతరం చెందించవలసియున్నది. కాని యిది ఒక్కసారిగా వెంటనే జరిగేపని కాదు.

ప్రగాఢభక్తిప్రేమల ప్రతిష్ఠాపన

దిగువనున్న సామాన్యచేతన పరివర్తన కనుకూలముగ సర్వసన్నద్ధం చేయ బడినప్పుడే పైనుండి దివ్యచేతన అవతరించి పరివర్తనమును సాధిస్తుంది. ప్రగాఢమైనప్రేమ, భక్తి నీలోపొదుకోవాలని ఆకాంక్షించు. ఆ ఆకాంక్షయే చైత్యపురుషోన్మీలనపూర్వకంగా భక్తి, ప్రేమలను నీలో ప్రతిష్ఠితం చెయ్యడానికి తోడ్పడుతుంది.

కూడని పని

మన ప్రకృతియందలి లోపాలను గుర్తించగలిగితేతప్ప మన ప్రకృతిని ఈశ్వరశక్తితో అనుసంధానింపజెయ్యడం సాధ్యపడదనేమాటనిజమే. కాని ఆలోపాలకు, అవి కల్పించే చిక్కులకు మితిమీరిన ప్రాధాన్యమిస్తూ చెడుగే సదా తలపోస్తూ కూర్చోడంగాని, ఈ చిక్కులుకారణంగా ఈశ్వర శక్తి క్రియాకలాపమును శంకించటంగాని మంచిదిగాదు.

లోపాలకు బలం పెరుగుతుంది

ప్రకృతియందలి లోపాలకే మితిమీరిన ప్రాధాన్యమిస్తూ చెడునే సదా తల పోస్తూ కూర్చోవడంవల్ల చిక్కులు మరింతగా ఎక్కువై లోపాలు మరింత బలంతో మనలో కొనసాగడమే సంభవిస్తుంది. ఇట్లనుటచేత లోపాలనూ, చిక్కులనూ కప్పిపుచ్చుకొనజూచు మితిమీరిన ఆశాభావాన్ని పెంపొం దించుకొనే అగత్యమున్నాలేదు.

మితిమీరిన ఆశాభావం

మితిమీరిన నిరాశాభావంకంటే మితిమీరిన ఆశాభావమే మెరుగు. మితిమీరిన ఆశాభావంతో చిక్కులను కప్పిపుచ్చుకోవడం జరుగుతుంది. దేనికైనా ఒక ప్రమాణముండ వలెనుగదా ? కాని మితిమీరిన ఆశాభావంతో చిక్కులను కప్పిపుచ్చుకొనడంవలన ప్రమాదంలేదు.

మితిమీరిన నిరాశాభావం

మితిమీరిన నిరాశాభావంతో చెడువైపునే సదా తిలకిస్తూ కూర్చోడంమాత్రం ప్రమాదభూయిష్ఠం. అది నీ చుట్టూ చీకట్లను మరింతగా అలముకొనేటట్లు చేస్తుంది. కావలనది విశ్వాసం. నీభవితవ్యమందు చాటుగా పనిచేస్తున్న ఈశ్వరశక్తియందు అనంతవిశ్వాసం.

చిక్కులన్నిటిలోకి ముఖ్యమైనచిక్కు

నీప్రకృతిని దివ్యజ్యోతిక్రియాకలాపమున కనువుగా శ్రుతిచేసికొనడం నేర్చుకో. చిక్కులన్నిటిలోకి వాస్తవికమైనచిక్కు ఇది ఒక్కటే. ఈ చిక్కును నీవు తొలగించుకోగలిగిననాడు తక్కిన చిక్కులన్నీ ఇక అవలీలగానే తొలగి పోతాయి. ఒకవేళ వున్నా వాటికి ప్రాధాన్యముండదు. ఒక దివ్యశక్తి నీకాధారమై ఉన్నదనేభావం నీకు అండయై నిలుస్తుంది.

అజ్ఞానగ్రంధి

అజ్ఞానగ్రంధియే చిక్కులన్నింటికీ మూలం. అది మనం సృష్టించుకొన్నదే. ఒకవిధమైన అంతరవలోకనం నీకలవడినప్పుడు యీ గ్రంధి బిగి సడలి వదులుకావడం మొదలుపెట్టుతుంది. ఇక దానిని విడదీయడంలో మొదట్లో వున్నంతకష్టముండదు.

రానున్న వెలుగువైపు దృష్టి నిలుపు

చుట్టూ అలముకొని వున్న చీకట్లను తిలకిస్తూ కూర్చోడం తగ్గించి రానున్న వెలుగువైపు దృష్టి నిలవడం అలవరచుకో. నీవు పెట్టుకొన్న లక్ష్యం సిద్ధించితీరుతుందనే విశ్వాసం కలిగి నిత్యసంతోషివై మెలగనేర్చినపుడు నీ పురోగతి సుకరము, సత్వరమునై విలసిల్లుతుంది.

అనుభూతులకుగల ప్రాముఖ్యం

మంచిమంచి అనుభూతులు నీకు కలుగుతున్నయెడల నీదౌర్బల్యములకంటెను, అపజయములకంటెను అట్టి అనుభూతులకు విశేషప్రాముఖ్యమివ్వడం శ్రేయస్కరం. అనుభూతికలగడం మానినప్పుడు నిరాశావశుడవు కావద్దు. అంతరమున ప్రశాంతివి చిక్కబట్టుకొని ప్రబలతరరూపమున ఆ అనుభూతులు మరల నీకు కలగవలెనని ఆకాంక్షించు.

వెలుగుచొరనీయని స్థూలమనస్సు

మనస్సులో ఏర్పడిన చిక్కులపరిష్కారం మనస్సునకతీతమైన చేతనవలన జరగవలసి వుంటుంది. మనస్సే అదేపనిగా వాటిని చింతనచేస్తూ తద్వారా

వాటినుండి బయటపడాలనుకోడం వట్టి అడియాసకాక తప్పదు. తనకంటె అతీతమగు చేతనయొకటి కలదని విశ్వసింపనొల్లని స్థూలమనస్సు తనలో తానే మూసుకొనిపోయి బయటినుండి వెలుగులోనికి చొరనీయదు.

అనుభవనీయమగు యథార్థము

మనచేతనకుపైన, యీ స్థూలశరీరచేతనకు పైన, దానికాధారభూతమై శాంత్యానందతేజశ్శక్తులకు నిలయమగు విస్తృతచేతన యొకటి కలదను వది వట్టి ఊహాకల్పనకాదు. అయ్యది సదా అనుభవపూర్వకముగ తెలియ బడుచున్న యథార్థవిషయము. దానిని మనము తెలుసుకొనుటేకాదు, క్రిందికి మన భౌతికచేతనలోనికి గొనితెచ్చుటకు సైతము వీలున్నది.

ఊర్ధ్వచైతన్యపు ఆకస్మికావతరణం

మనకు ఊర్ధ్వమునగల విస్తృతచేతనను ఊర్ధ్వమునకారోహించి మనము తెలిసికొనకముందే అది ఆకస్మికముగా మనలోనికి అవతరించుచున్నట్లు మనకు అనుభూతి కలుగుటయు కలదు. ప్రబలమైన ఆకాంక్షతో ఆత్మోన్మీలనకు దారితీయు మనఃప్రశాంతిని సాధించుటే ఇందుకు కావలసినది.

యోగసాధనకు ముఖ్యకీలకములు

మనఃప్రశాంతి, ఎడతెగనిహృదయాకాంక్ష, ఇవిరెండే యోగమునకు ముఖ్య కీలకములు. మనఃప్రశాంతి నిశ్చలనీరవతాస్థాయిని సైతము అందుకోగలిగిన యెడల మంచిదే. కాని దానికి క్రిందిమెట్టులోనిదగు ప్రశాంతస్థితికూడ సాధనకు చక్కని దోహదమునే కల్పిస్తుంది.

సూటిమార్గానికీ, చుట్టుదారులకూగలభేదం

మనస్సును ప్రశాంతమొనర్చిచేయుసాధనవలె మనఃప్రవృత్తులపైఆధారపడి చేయుసాధన సత్వరఫలితములనీయజాలదు. గమ్యమును చేర్చుటలో సూటిమార్గమునకు, చుట్టుదారులకు ఎట్టి భేదముగలదో అట్టిదే యీ రెండు పద్ధతులకును కలదు. విలంబముగనైనను రెండవపద్ధతి తనంతటతానుగా ఉత్తమఫలదాయిని కానేరదు.

వ్యతిరేకపద్ధతిలో సాధనయందలి లోపం

వ్యతిరేకపద్ధతిలో సాధనకంటె అన్వయపద్ధతిలో సాధనయే ఉత్తమం. కామనలను, అసత్ప్రవృత్తులను, అహంకారమును ఊరక అణచివేయడం వ్యతిరేకపద్ధతి. జీవితమును త్రోసిపుచ్చులక్ష్యసాధనకది మంచిదే. కాని, జీవితమును రూపాంతరం చెందించు లక్ష్యసాధనకది ఉపయోగపడదు.

అన్వయపద్ధతిలో సాధనప్రాశస్త్యం

అవరవిభాగములను రూపాంతరము చెందించుటకై వెలుగును, శాంతిని, విశుద్ధతను క్రిందికి గొనిరావడం అన్వయపద్ధతిలో సాధనలక్షణం. కామనలుమొదలైన అసత్ప్రవృత్తులను త్రోసిపుచ్చకూడదనికాదు. కాని కేవలం అందుకొరకే మనశ్శక్తినంతను వినియోగించరాదు. అసత్ప్రవృత్తుల స్థానమున పరచేతన నెలకొనునట్లు చేయుటకూడ అవసరం. పరచేతన అవతరించినకొలదీ అసత్ప్రవృత్తుల నిరాకరణం సుకరమవుతుంది.

పంజరంలోచిక్కిన ఉడుతలతిరుగుళ్లు

అవరప్రకృతియందలి చిక్కులను, లోపాలనే సదా తలపోస్తూ పంజరం లోని ఉడుతలవలె అదేపనిగా చక్రపరిభ్రమణములు చేయువారిని ఆ పద్ధతినుండి మరల్చునుద్దేశ్యముతో మాత్రమే అవరప్రకృతిని, అందలి చిక్కులను సదా తలపోస్తూ కూర్చోవలదని హెచ్చరించడం జరుగుతున్నది. అమితంగా అట్టితలపోతలోనికి దిగరాదని ఉద్బోధించుటే దాని ముఖ్యోద్దేశ్యం.

అసత్ప్రవృత్తుల నిరాకరణావశ్యకత

అసత్ప్రవృత్తులను నిరాకరించుట అవసరమనుమాట నిజమే. అట్టినిరాకరణములేక ఏదియు సాధింపబడదు. గడ్డుకాలములు సంప్రాప్తమైనప్పుడు మనస్సు యీ చిక్కులపై కేంద్రీకృతం కావడం అనివార్యం. సాధన ప్రారంభదశలోకూడ యీ అసత్ప్రవృత్తులక్షాళనమెంతగానో జరిగితేతప్ప మార్గమువెంట నడకయే కుదురదు.

అసత్ప్రవృత్తులతో తాదాత్మ్యం చెందకు

నిన్ను ముట్టడించే అసత్ప్రవృత్తులను సంబాళించే ప్రయత్నమందు నీవొక పొరపాటు చేస్తున్నావు. ఆ అసత్ప్రవృత్తులతో అమితంగా తాదాత్మ్యం చెంది అవి నీప్రకృతిలో భాగముగ తలంచడమే ఆపొరపాటు. అట్లుగాక వాటినుండి వేరుపడనేర్చుకొని అవి అవరవిశ్వప్రకృతిశక్తులనీ, నీలోనికి ప్రవేశించి నిన్ను తమ ఉపకరణంగా చేసుకొన జూస్తున్నవనీ తెలుసుకో.

చైత్యపురుషసత్తయందు నివాసం

అసత్ప్రవృత్తులతో తాదాత్మ్యం చెందక వాటినుండి వేరుపడడం నీవు నేర్చుకొన్నప్పుడు, నీ అంతస్సత్తను, అంతర్వర్తియగు చైత్యపురుషుని కనుగొనగలిగి అంతకంతకెక్కువగా అందు నివసించగలుగుతావు. ఈ అసత్ప్రవృత్తులు చైత్యపురుషసత్తను బాధించనేరవు. అవి దానికి బాహిరములు.

యోగసాధనకు నిక్కమైన పునాది

తనకు బాహిరములగు అసత్ప్రవృత్తులను చైత్యపురుషసత్త అవలీలగా నిరాకరించుటయేగాక దివ్యశక్తులకు, ఉన్నతచేతనాభూమికలకు తాను సదా అభిముఖమై వుంటూ వాటిసంస్పర్శనుసైతం పొందగలుగుతూ వుంటుంది. కనుక అట్టి నీ అంతస్సత్తయందు నీవు నివసించ నేర్చుకో. యోగమునకదియే నిక్కమైన పునాది.

ఈశ్వరసహాయం పొందుటకనువైన ప్రశాంతస్థాయి

అసత్ప్రవృత్తులనుండి వేరుపడి నిలువనేర్చినందువలన ఉపరితలపు సంఘర్షణకు వెనుకగా ఒకవిధమగు ప్రశాంతస్థాయిని నీవు చిక్కబట్టుకో గలుగుతావు. ఆస్థాయినుండి నీవిమోచనకై ఈశ్వరసహాయమునర్థించి పొందడం సుకరం. ఈశ్వరసాన్నిధ్యము, శాంతి, విశుద్ధి, శక్తి, జ్యోతి, ఆనందము, విశాలత, యివన్నీ లోనికి దిగివచ్చుటకై పైన వేచివున్నాయి.

అనేకవ్యక్తిత్వముల మిశ్రమం

ప్రతివానిలోను రెండువ్యక్తిత్వములుకాదు, అనేక వ్యక్తిత్వములు మిళితమై వున్నాయి. వీటికన్నింటికీ సామరస్యము సాధించి ఒకే పూర్ణ వ్యక్తిత్వముగ వాటిని సంఘటితపరచి రూపాంతరం చెందించడం పూర్ణ యోగం లక్షించే యోగసిద్ధిలోనొక ముఖ్యాంశం.

శాంతి, విశుద్ధతలపిమ్మట దివ్యశక్త్యవతరణం

ఉపరితలపుసంఘర్షణ వెనుకనున్న ప్రశాంతస్థాయిని నీవు చిక్కబట్టుకొన గలిగినప్పుడు నీమనస్సుకూడా ప్రశాంతిని పొందనేర్చి తద్ద్వారమున నీవు మొదట విశుద్ధిని, శాంతిని అర్థించి క్రిందకవతరింప జేసుకోగలుగుతావు. పిమ్మట దివ్యశక్త్యవతరణం సాధ్యమవుతుంది.

సుస్థిరశాంతివిశుద్ధతలకై పునఃపునరాహ్వానం

శాంతివిశుద్ధతలు నీలోనికి దిగిరావడం నీవు గుర్తించినప్పుడు అవి నీలో స్థిరపడు పర్యంతము వాటిని మరలమరల ఆహ్వానించుకొనే సామర్థ్యం నీలో పెంపొందుతుంది. దివ్యశక్తికూడా అట్లే నీలో చైతన్యపరివర్తనం సాధించడానికే కృషిచేస్తున్న విషయంపైతం నీకు ఎరుక పడుతుంది.

ప్రతిరోధనిర్మూలనకు ఉత్తమపద్ధతి

ప్రతిరోధములతో ఘర్షణకు దిగుటకంటె వాటికివేరై నిలిచి సాక్షిగా వాటిని తిలకిస్తూ నిరాకరిస్తూ వాటి నిర్మూలనకు ఈశ్వరశక్తి నాహ్వానించడమే ఉత్తమమైన పద్ధతి. ఈశ్వరునకు ఆత్మను సమర్పణ చేయడంకంటె ప్రకృతిని సమర్పణచేయడం కడు కష్టబహుళమైన కార్యం.

ఆత్మసమర్పణకుపిమ్మట ప్రకృతిసమర్పణ

ఈశ్వరునకు ఆత్మను సమర్పణచేసుకోడం మొదట కుదిరితే పిమ్మట క్రమేణా ప్రకృతిని సమర్పణచేయడంకూడా కుదురుతుంది. ప్రకృతిని సమర్పించుటకు దాని ప్రవృత్తినుండి వేరై నిలిచి దానికంటె తాను వేరైనట్లు చూడనేర్చుకోవాలి. విక్షేపం చెందకుండా సాక్షిగా ప్రకృతి వృత్తులను తిలకించడమే ఇందులకు ఉత్తమోపాయం.

సాక్షిభావంచే ఒనగూడు మరొక ప్రయోజనం

విక్షేపంచెందకుండ సాక్షిగా ప్రకృతి శక్తులను తిలకించడం నేర్చుకొనుట వలన మరొక ప్రయోజనంకూడా ఒనగూడుతుంది. పైనుంచివచ్చే సహాయమును గ్రహింపగల తాహతు నీలో వృద్ధిపొందుతుంది. ఈశ్వరునిపై ఆధారపడే అలవాటు నీయందు స్థిరపడుతుంది.

ప్రప్రథమ కర్తవ్యం

నీ ప్రకృతి పరివర్తనం చెందవలెనంటే అందుకు మొట్టమొదటగా జరగవలసినది ఉపరితలమునగల రాజసిక ప్రాణమయ ప్రకృతిని గుర్తించి దానినుండి వేరుపడ నేర్చుకోడం. ఏలనంటే యిది నీయథార్థసత్త కాదు. అంతరాంతరమైన చైత్యపురుషసత్తను ఆతగాకొనినదై నీ యథార్థ మనోమయ, ప్రాణమయసత్త యీ బాహ్యప్రకృతికి వెనుకగా నిలిచి యున్నది.

అంతఃపురుషుని శాంతియందు నివాసం

అంతరమునగల యథార్థ మనోమయ, ప్రాణమయసత్త నిశ్చలతను, విశాలతను, శాంతిని వెలార్చుకొనుచుండును. బాహ్యప్రకృతినుండి వేరుపడి యీ అంతఃపురుషుని శాంతిపై శాల్యతలంపు నివసింపనేర్చినమీదట ఇక అంతరాంతరమైన చైత్యదృష్టిప్రభావముచేతను ఊర్ధ్వమునుండి అవతరించు దివ్యశాంతి, దివ్యశక్తి, దివ్యతేజస్సుల ప్రాబల్యంచేతను ప్రకృతి పరివర్తనం సుకరమే.

తాదాత్మ్యం చెందని విభాగం గుర్తింపు

ఏదోషంనీలో పొడగట్టినా దానితో తాదాత్మ్యం చెందక దానినుండి వేరుపడి 'ఇదినాదికాదు. దీనిని నేనెంతమాత్రం ఆమోదించను,' అనే వైఖరిని అవలంబించు. అప్పుడు తాదాత్మ్యం చెందని భాగమొకటి నీలో నీవు గుర్తించుకోడం మొదలుపెట్టుతావు. ఈదోషం బాహ్యతలమున చిక్కులు పెట్టినా నన్నుమాత్రం అంటజాలదని దృఢభావంతో పలుకగలుగుతావు.

బాహ్యతలంనుండికూడ దోషబహిష్కారం

దోషంతో తాదాత్మ్యం చెందని విభాగమును నీలో నీవు గుర్తించుకోడం జరిగినప్పుడు, ఆదోషంవలన ఏర్పడేచిక్కులో సగభాగం తీరిపోయినదన్న మాటే. అయితే, దోషమునుండి వేరుపడేసంకల్పం మాత్రమే వుంటే చాలదు. ఆదోషమును బాహ్యతలమునుండిపైతమూ బహిష్కరించే సంకల్పంకూడా నీలో దీపించడం అవసరం.

దోషాలు పైకిరేగడం దివ్యానుగ్రహసూచన

అహంకారమూ, కామనలూ, దోషాలు, ఇవి ప్రతివానిలోనూ ఒకతీరుగానే వుంటాయి. అయితే సాధకుడు వాటిని గమనింపనేర్చుకోడంతోపాటు వాటినుంచి విముక్తి సాధించవలెనన్న సంకల్పమును ప్రోదిచేసుకొంటూ వున్నంతవరకూ ఏమీపరవాలేదు. నీలో దాగివున్నవన్నీ పైకిరేగుతున్న వంటే వాటిని పోద్రోలడానికి దివ్యానుగ్రహం నీలో పనిచేస్తున్నదనే అర్థం.

దర్శనపరిశీలనముల ఆవశ్యకత

కావలసినది దర్శనము, పరిశీలనము గాని విమర్శనము, విశసనము కాదు. విమర్శనము, విశసనము మానసికపద్ధతులు. అవి ఆధ్యాత్మిక విధానములు కావు. మనసత్తయందు, ప్రకృతియందు ఏయే ప్రవృత్తులు బయలుదేరు తున్నవో,ఏయే వ్యక్తులు, శక్తులు,మనసత్తయనెడి రంగస్థలమున కదలాడు తున్నవో వానిఅంతర్యములు, ప్రేరణలుఎట్టివో, ఇవీ దర్శించి పరిశీలించ వలసినవి.

నాటకముచూచుటవంటి రసవద్విషయమే

మనస్సత్తయందలి ప్రవృత్తులను, వ్యక్తులను, శక్తులను, వాని ఆంతర్యములను దర్శించుట, పరిశీలించుట యనునది ఒక నాటకమును చూచుట, ఒక నవలను చదువుటవంటి రసవద్విషయమే. మనలో ఏమిజరుగుచున్నదియు ప్రత్యక్షదర్శనమును మనమిచట పొందనేర్తుము. ఈ ఆంతరిక ప్రపంచముపై ప్రత్యక్షాధిపత్యమునుగూడా దీనిద్వారా మనము సంపాదించవచ్చును.

సాక్షిత్వముతోపాటు సంయమిత్వము

బాహిరమైన బుద్ధివృత్తితోను, నైతికదృష్టితోనుగాక ఆంతరికమైన ఆధ్యాత్మికదృష్టితో నీ సత్తయందలి సకలప్రవృత్తులను వాని ఆంతర్యములను నీవు దర్శింపనేర్చినప్పుడు, నీ చిక్కులలోనుంచి నీవు బయటపడుట వెనుకటికంటె సుకరమగును. నీ లోపలజరిగే ప్రకృతిఖేలనముకంటే వేరై నిలచి ప్రేక్షకుడు, నటుడు, సూత్రధారి కూడా నీవేయై సాక్షిత్వముతోపాటు సంయమిత్వమును సైతము వెలార్చుకోగలుగుదువు.

పుణ్యాపాపదృష్టి ఆంతరికజీవనోపయోగికాదు

యథార్థమైన అంతర్దర్శనములో, అపరాధీలేడు, అపరాధినిపట్టుకొని దండించువాడూ లేడు. శ్రుతులు, అపశ్రుతులు మాత్రమే అచట మనకు గోచరించేవి. అపశ్రుతులను తొలగించి శ్రుతులను మేళవించడమే మనము చేయవలసినది. పుణ్యాపాపదృష్టి బాహ్యజీవనోపయోగియగు మానసిక కల్పన. ఆంతరిక జీవనోపయోగియగు సత్యదృష్టి కానేరదు.

మానవునిలోని బహుముఖ వ్యక్తిత్వం

ప్రతిమానవుడు అనేక వైరుధ్యములకు నిలయముగానున్నాడు. కారణం అతడొకేవ్యక్తియైనను విభిన్న వ్యక్తిత్వములతో కూడియుండుటే. సర్వ సామాన్యంగా ఒకరితోనొకరు ఏకీభవించడం జరుగని మానసికశాస్త్రజ్ఞులకు యిప్పుడీవిషయము – మానవునిలోని యీ బహు ముఖవ్యక్తిత్వము – సువిదితము.

చిక్కులు తారసిల్లే సన్నివేశం

ఈశ్వరునకు ఆత్మసమర్పణం చేసుకోడంవంటి ప్రయత్నంద్వారా మానవునిలోని బహుముఖవ్యక్తిత్వమును ఏకముఖమునకు తేవాలని లక్షించనంతవరకూ యీబహుముఖవ్యక్తిత్వము పలురకాల పరటాయిం పులతో ఏదోఒకవిధంగా సాగిపోతూనే వుంటుంది. వాటిని ఏకముఖానికి తేవాలని ప్రయత్నించేసరికే యిక చిక్కులు తారసిల్లుతాయి.

బాహ్యవిషయములపై ఆధారపడరాదు

బాహ్యవిషయములపై నీవు విశేషముగ ఆధారపడడం కూడదు. ఇట్లు ఆధారపడడంవలననే పరిస్థితులకు అమితప్రాధాన్యమీయడం జరుగుతూ వున్నది. పరిస్థితులు నీకు తోడ్పడనూ గలవు. ఆటంకములు కల్పించనూ గలవు అనేమాట నిజమే. కాని ఏమైనా, అవి పరిస్థితులు మాత్రమే. ఆంతరికమైన ముఖ్యవిషయములు కావు.

పరిస్థితులకు అమితప్రాధాన్యం యివ్వకు

ఘనతరమగు ప్రతిమానవప్రయత్నంలోవలెనే యోగసాధనలోనూ ప్రతికూల సన్నివేశములు, అననుకూల పరిస్థితులు కొల్లలుగ వుంటూనే వుంటాయి. వాటిని జయించడమే మనకర్తవ్యం. అట్లుగాక వాటికమిత ప్రాధాన్యమిస్తే వాటిప్రాధాన్యం మరింతహెచ్చి ఇతోధికబలంతో అవి నిన్ను పైకొనడమే జరుగుతుంది.

ప్రతికూలపరిస్థితులను సమతతోఎదుర్కో

ప్రతికూల పరిస్థితులను దృఢవిశ్వాసంతోనూ, దృఢసంకల్పంతోనూ సంతోషముగ ఎదుర్కొనడం కుదరకపోయినా, సమతతో ఎదుర్కొనడం జరిగేయెడల అది వాటిప్రాధాన్యమును తగ్గించివేస్తుంది. వెంటనేకాకపోయినా క్రమేణా తుట్టతుదకు మరలమరల అవి నీపైకి దండెత్తి రావడమనేది వుండదు.

మహాదుర్బలులలో సైతం దాగివున్న బలం

బయటిపరిస్థితులశక్తి నెదుర్కొనగల ఆంతరంగికబలమును పెంపొందించడంద్వారా వాటిచిక్కును తీర్పజాలు ప్రబలశక్తివిశేషమును మనలో గుర్తించుకోడమే యోగసాధనలో ముఖ్యముగా జరగవలసిన పని. అత్యంత దుర్బలులలోసైతము ఈ బలమున్నది. దానిని కనుగొని తెరమరుగునుండి వెలికితెచ్చి మన యాత్రాపథమున మనకు తోడుగా చేసుకొనడమే కావలసినది.

దోషశోధనకుపయోగించే సంఘటనలు

సాధకునిప్రకృతిలో సవరించబడవలసిన దోషమేదైనను న్నపుడు, అద్దాని నతడు జయించి విముక్తుడగుపర్యంతమూ ఆదోషమే దాని శోధనకుప యోగపడగల సంఘటనలను ఆకర్షించుకోడం జరుగుతుంది. ముఖ్యంగా ఆ దోషమును జయించుటకు సాధకుడు చిత్తశుద్ధితో ప్రయత్నం చేస్తున్నప్పు డిది తరచుగా సంభవిస్తూ వుంటుంది.

దోషమును జయించుటకాహ్వానం

లోపల దాగివున్న దోషమును పైకి రేపే పరిస్థితులు తటస్థపడడం ఆ దోషమును జయించడానికి నీకు సదవకాశమును కల్పించడమే. ఇట్టి పరిస్థితులు దోషమును జయించుటకాహ్వానంగా సాధకుడు యోగదృష్టితో గ్రహించి తదనుగుణంగా ప్రవర్తింపనేర్చినప్పుడు కడుత్వరితంగా సాధనలో అతడు పురోగమించగలుగుతాడు.

నిన్ను నీవు బాధించుకొనేపద్ధతి కూడదు

తీవ్రమైన అనుతాపంతోను, హింసాత్మక భావాలతోను, నిన్ను నీవు బాధపెట్టుకొన్నందువలన దోషములను నీవు జయించలేవు. అది నిన్ను నీవు పెడదారిపట్టించుకోవడమే అవుతుంది. దోషములను ఎదుర్కొన కుండా వదలిపెట్టి పారిపోవడంకూడా వాటిని జయించే పద్ధతి కానేరదు.

సరిఅయిన మార్గం

నీలోనికి నీవు సూటిగా, నెమ్మదిగా నిశ్చలవృత్తితో దృఢనిశ్చయంతో చూడ నేర్చుకో. పిమ్మట ధీరుడవై ప్రసన్నభావంతో ఈశ్వరానుగ్రహమున విశ్వాసముంచి, స్థిమితంగా, ఏమరుపాటులేక నీ చైత్యాత్మయందు ప్రతిష్ఠితుడవై ఊర్ధ్వమునుండి దివ్యప్రేమానందముల అవతరణనాకాంక్షిస్తూ అనన్యభావమున జగన్మాతకభిముఖుడవగుచూ ముందుకు సాగితే ఇదే సరిఅయిన మార్గం. వేరొకటిలేదు.

ఆత్మహత్యవలన శాంతి లభించదు

ఆత్మహత్యవలన శాంతి లభిస్తుందనుకోడం శుద్ధపొరపాటు. ఆత్మహత్య చేసుకొన్నవాడు తనచిక్కులను తనవెంట ఇంతకంటె దుఃఖకరమైన లోకాంతరజీవనపరిస్థితిలోనికి గొనిపోయి తిరిగి భూమిపై మరొకజన్మకు వెంటతెచ్చుకొంటాడు. ఇట్టి చీకటిభావాలను వదల్చుకొని ధీరత్వమున జీవితలక్ష్యంగా ఏదైన ఒకకార్యం నిర్వహించే శుద్ధసంకల్పంతో జీవితము నెదుర్కొనుటయే సరియైన పరిష్కారం.

శరీరంలోవున్నప్పుడే సాధనజరగాలి

సాధన శరీరంలోవుండగా జరగవలసినదే. శరీరంలేని ఆత్మవలన జరిగేది కాదు. శరీరం పతనమైనప్పుడు ఆత్మలోకాంతరములలో తిరుగాడి తుదకు భూమిపై మరొకశరీరంలో జన్మయెత్తుతుంది. పరిష్కరించకుండా మిగిలిన చిక్కులన్నీ తిరిగి క్రొత్తజీవితంలో తారసిల్లుతాయి. కనుక బుద్ధిపూర్వకంగా శరీరం త్యజించడంవలన ఏమిప్రయోజనం?

కష్టాలనెదుర్కొనుటే సరియైన పద్ధతి

శరీరమును బుద్ధిపూర్వకంగా త్యజిస్తే ఇతరలోకాలలో ఎక్కువ బాధలు పొందవలసి వస్తుంది. భూమిపై తిరిగిపుట్టినప్పుడు పరిస్థితులు మెరుగు పడకపోగా మరింతచెడుగా వుంటాయి. కనుక ఇప్పటిజీవితములోని కష్టము లను ధీరతతో ఎదుర్కొనడమే సరియైన పద్ధతి.

నిజమైన విశ్రాంతి

శాంతి, నిశ్చలనీరవత, కామరాహిత్యము, వీని పునాదిపై ప్రతిష్ఠితమైన ఆంతరంగిక జీవితమునందే నిజమైనవిశ్రాంతి. వేరొక విశ్రాంతిఏదీలేదు. అట్టి ఆంతరికముక్తి లభించినప్పుడు, మనకిష్టమున్నా లేకపోయినా యీ యాత్రాగమనం సాగిపోతూనే ఉండకతప్పదు.

ప్రాణమయసత్తయందు రావలసిన మార్పు

నీలోని ప్రాణమయసత్త పరమసత్యావాప్తినిమాత్రమే కోరుతూ తన క్షుద్రకామనలు తీరాలన్న అభిలాషను పూర్తిగా పరిత్యజించడం నేర్చు కోవాలి. ప్రాణమయసత్తకిట్టి సత్యనిరతి ఏర్పడినప్పుడే ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో సకలప్రకృతికి పూర్ణసంతృప్తి, పూర్ణానందము చేకూరుతవి.

ప్రాణమయసత్త యందు మార్పునకు పూర్వం

ప్రాణమయసత్తయందు సత్యనిరతి ప్రతిష్ఠితం కానంతవరకూ మనోమయ సత్తయందలి యిచ్ఛ, హృదంతరచైత్యపురుషసత్తయందలి ఆకాంక్ష, ఇవియే నీకు ప్రాపుగా నిలువవలసి వుంటాయి. క్రమేణా పట్టువీడని నీకృషిఫలితంగా ప్రాణమయసత్తలోని సత్యనిరతినలవరచుకొని ఆత్మార్పణ మొనర్చుకొనక తప్పదు.

ముఖ్యమైన సాధనప్రక్రియ

దివ్యసత్యముకొరకే జీవితమనెడి దృఢనిశ్చయమును నీబుద్ధిలో, హృదయంలో పాదుకొల్పుకో. దానికి విరుద్ధమగు దానినెల్ల త్రోసిపుచ్చి అవర కామనలకు పరాఙ్ముఖుడవుకావడం నేర్చుకో. దివ్యశక్తికిమాత్రమే నిన్ను నీవు ఉన్మీలితునిగావించుకోవాలని ఆకాంక్షించు. అంతశ్శుద్ధి వీటన్నింటికీ ముఖ్యం.

ప్రాణమయసత్తలో పరివర్తనావశ్యకత

దివ్యసత్యముకొరకై జీవించవలెనన్న నిశ్చయము నీ బుద్ధియందు, హృదయమందు నెలకొనుటేగాక, నీప్రాణమయ సత్తయందుసైతం, నెలకొనవలసిన అవసరమున్నది. ప్రాణమయసత్తకూడా అట్లునత్యోన్ముఖమై తన యవరవాంఛాసంతృప్తులకొరకు ప్రాకులాట వదలుకొననేర్చినప్పుడే ఆధ్యాత్మిక జీవనమున సకలప్రకృతియందునూ పూర్ణసంతృప్తి పూర్ణానందము పరిఢవిల్లును.

ప్రాణమయసత్తకూడా దారికిరాక మానదు

ప్రాణమయసత్త పరివర్తనం ప్రారంభముననే కలుగదు. అది కలుగనంత వరకూ సాధకుడు బుద్ధియందలి నిశ్చయమును, హృదయమందలి ఆకాంక్షను తోడుగాచేసికొనియే సాధనను కొనసాగిస్తూ వుండకతప్పదు. పట్టుదలతో కృషిసల్పినమీదట ప్రాణమయసత్తకూడా దారికివచ్చి సత్యమునకాత్మార్పణం చేసుకోగల సమయం వచ్చితీరుతుంది.

అస్వాభావికమైన వైక్లబ్యం

సాధనకు తగినయోగ్యతా విశేషం నీలో ఎంతమాత్రమూ లేదనుకుంటూ నిన్నునీవు గర్హించుకొని జీవించుటకుసైతం ఇష్టపడనొల్లని వైక్లబ్యంనీలోని అవరచేతనచేత కల్పించబడుతున్నదిగాని నీ స్వాభావిక ప్రవృత్తికాదని తెలుసుకో. ఇట్టి విపరీత ప్రవృత్తులను నీవేమాత్రమూ బలపరచరాదు. వాటిని నీ ప్రకృతిధర్మంగా స్వీకరించడం ధీరతాలక్షణమూ కానేరదు.

దేవతలుసైతమూ తోడ్పడలేని స్థితి

జీవితమును ఎదుర్కొని కష్టాలను జయించుటకు బదులు నిరంతరమూ విలపిస్తూ మొరలుపెట్టుకొంటూ కూర్చోడంవలన కష్టాలెంత మాత్రమూ తీరనేరవు. ఈమాదిరి ప్రవృత్తిగలవారికి దేవతలుసైతమూ తోడ్పడరు. ఏలనంటే తోడ్పాటు నిష్ప్రయోజనమనీ, దానిని వారు స్వీకరించరనీ వృధాచేసుకొంటారనీ ఆ దేవతలకు తెలుసు.

దౌర్బల్యం సాధనకు బొత్తుగా తగదు

దౌర్బల్యం పురుషలక్షణం కాదనీ, అది సాధకునకు బొత్తిగా తగనిదనీ దానిని త్రోసిపుచ్చుటకుబదులు దానినే కౌగిలించుకొని కూర్చుండగోరేవారికి ఎవరేమి సలహాయిచ్చినా ప్రయోజనముండదు. "ఈపని నేను చేయలేని దుర్బలుడను", అని ముందుగానే కాళ్లుపారజాపి చదికిలబడితే ఎవరేమి చెయ్యగలరు ?

దివ్యసంస్పర్శల క్రమవిస్తృతి

దివ్యమైన శక్తిస్పర్శయు, శాంతి స్పర్శయు మొదట ఏమూలయందో కలుగవచ్చు. కొంతకాలానికి ఉపరితల మెంతగందరగోళంగా వున్నా మనలో ఒక ఏభాగమెప్పుడూ ఆదివ్యస్పర్శననుభవిస్తూ వుండేస్థితి ఏర్పడుతుంది. క్రమేణా ఆ గందరగోళం మరింత వెలికినెట్టివేయబడగా తుదకు పూర్ణశాంతి సుస్థిరమైనిల్వడం నిశ్చయం.

వెనుకబడిన విభాగాల పురోగతిసాధన

సత్తయందలికొన్ని విభాగములలో ఉన్మీలనము, వికాసము తక్కువగా వుండి దివ్యశక్తిస్పర్శకు, దివ్యశాంతిస్పర్శకు అవి అంతగా అలవడియుండకపోవడం సాధనక్రమంలో అనివార్యం. అట్టి సందర్భంలో వాటి ఉన్మీలనకు విశేషకృషి చేయవలసి వుంటుంది. వాటినుండి నీవు విడివడ నేర్చినప్పుడుమాత్రమే ఈపని సాఫీగా జరగడానికి వీలవుతుంది.

మరమ్మతుచేయవలసిన యంత్రములమాదిరివి

మార్పుచెందింపబడవలసిన విభాగములు నీప్రకృతిలో భాగమే అయినా అవి నీవు కాదనేసంగతి గుర్తుంచుకోవడం అవసరం. అట్లుగుర్తుంచుకొని వాటినుండి విడివడనేర్చినప్పుడే వాటిలో గోచరించిన లోపములకు నీవు కలగుండుపడిపోక మరమ్మతుచేయవలసివున్న యంత్రమును బాగుచేసుకొన్నట్లు బాగుచేసుకోగలుగుతావు.

తాదాత్మ్యంవలన కృషి జాప్యంలోపడుతుంది

మార్పుచెందింపబడవలసిన విభాగములు నీవేయనుకొని వాటితో తాదాత్మ్యం చెందినట్లయితే ఇక నీకు ఎదురయ్యేవన్నీ చిక్కులే. మార్పుచెందించేపని ఎలాగూ జరగకతప్పదు. కాని అది చాలజాప్యంగా పెక్కువొడుదొడుకులతో కొనసాగుతూ వుంటుంది. కనుకనే వీటినుండి విడివడి ప్రశాంతంగా యీకృషి చెయ్యవలెననేది.

బుద్ధియందలి ఇచ్ఛను బలపరిచే ఉపాయం

బుద్ధిమూలమున సంపాదించిన జ్ఞానమును నిలకడగా ఆచరణలో పెట్టనీయకుండ తరచు బుద్ధియందలి ఇచ్ఛాలోపమే అడ్డుతగులుతూ వుంటుంది. అట్టిసందర్భంలో ఆ యిచ్ఛను బలపరచుటకై దానిచాటున పనిచేయు జగన్మాతయొక్క ఇచ్ఛాశక్తిని ఆహ్వానించడం అపేక్షణీయం. ఇచ్ఛాశక్తి, జ్ఞానశక్తి, రెండునూ ఏకముగ మిశ్రమైవుండే చిచ్ఛక్తిఅది.

32

చైత్యపురుషప్రభావమే ఏడుగడకావాలి

బుద్ధియందలి యిచ్ఛాజ్ఞానములందు లోపమేమీ లేకపోయినా కార్యాచరణకు ప్రాణమయప్రకృతియందలి అలవాట్లు అడ్డుతగులడం కడుతరచుగా సంభవిస్తూ వుంటుంది. అట్టిసందర్భంలో నిరుత్సాహవశముకాని స్థిరకాంక్ష ద్వారమున హృదయాంతరాళములోని చైత్యపురుష ప్రభావమునంతకంతకు వెలికి తెచ్చుకోడం అవసరం.

సులభంగా వెంటనే జరిగేపనికాదు

చైత్యపురుష, ఆధ్యాత్మికచైతన్య ప్రభావముతో మనలోని అసత్ప్రవృత్తులన్నింటినీ సత్ప్రవృత్తులుగ మార్చివేయడం సులభముగా వెంటనేజరిగేపని కాదు. దానికి కొంతకాలం తీసుకొంటుంది. కావున సాధకుడు నిరుత్సాహం చెందక అసత్ప్రవృత్తులనుండి విడివడ నేర్చి వాటికి తన అనుమతి లభింపకుండునట్లు మెలగడం అపేక్షణీయం.

క్రోధాహంకారాదుల విజయసాధన

క్రోధం, అహంకారం మొదలైన అవాంఛనీయ వృత్తులు బయలుదేరునప్పుడు, వాటిని ఆచరణలో పెట్టరాదనే గట్టినియమం సాధకుడు పెట్టుకోవాలి. ఆ ఉద్వేగంలో ఒకవేళ అవి క్రియారూపం ధరించినా దానిని సమర్థించుకోడంగాని, కొనసాగించడంగాని చేయరాదు. క్రమేణా ఆదౌర్బల్యం క్షీణించిపోవడానికి, అంతరంగమున నిలిచివున్నదానినుండి వేరుపడి దానితో పోరాడడానికి అది సహాయకారి అవుతుంది.

అశ్రద్ధవహించుటయు కూడదు

క్రోధాదుల విషయమున ఆందోళన చెందుట ఎట్లుతగదో, అశ్రద్ధ వహించుటయు అట్లే తగదు. అశ్రద్ధ వహించడం అంతరంగమున వాటిని ఆమోదించడమే అవుతుంది. అట్టి ఆమోదం వాటికి బలమొసగి మరల మరల పొడచూపేటట్లు చేస్తుంది. మానసిక సంకల్పంచేత త్రోసిపుచ్చ బడినా అవి పోకుండా వున్నవంటే కానరాని ప్రకృతిభాగముల ఆమోదం వలననే.

సుఖశాంతుల స్థానం

నీసకలజీవనము,సకలచింతనలు, సకలచేష్టలు నీచే నిజసత్తయైన చైత్య పురుషునియందు ప్రతిష్ఠితములుగావలసి యున్నది. అట్లుజరిగినప్పుడే నీప్రకృతికి నూతనజన్మ. సుఖశాంతులా సత్యచైతన్య జ్యోతియందే కలవు. బాహ్యసంఘటనలపై ఆధారపడి ప్రయోజనంలేదు.

అవచేతనా విభాగంనుండి ప్రాతవాసనలు

సాధనయందు ఎరుకగల విభాగములనుండి ఏనాడో త్రోసివేయబడిన ప్రాతవాసనలు అవచేతనా విభాగమునుండి యిపుడు పొటమరిస్తూ వున్న వని ఎందుకు అలా విపరీతంగా బాధపడతావు ? అట్టి విపరీతాందోళన వాటి నిర్మూలనకెంతమాత్రమూ సహాయకారి కానేరదు. ఇట్టి అనుభవాలు సాధనలో సర్వసాధారణంగా కలుగుతూవుండేవే.

నీయథార్థప్రకృతిని విస్తరిల్లనీ

అంతశ్శాంతిని చిక్కబట్టుకుని అవచేతనావిభాగప్రేరితవృత్తులనుండి పైతం విడివడి ప్రశాంతంగా వాటిని తిలకిస్తూ వాటిహద్దులలో వాటిని ఉంచడం నేర్చుకొని ఈశ్వరునియందు ప్రేమ, శాంత్యానందము నీలో వెల్లివిరియచేయునదే నీయథార్థ ప్రకృతి. అది విస్తరిల్లినకొలదీ క్రమేణా యీవృత్తులుకూడా ఒకప్పటికి అంతరించిపోతాయి.

విముక్తిలభించినా ఏమరుపాటు కూడదు

వాసనలనుండి పూర్తిగా విముక్తిలభించినట్లు తోచినప్పటికీ ఏమరుపాటు కూడదు. ఏలనంటే, ఇవి వెలికినెట్టివేయబడినా తిరిగి లోనికి ప్రవేశించే అవకాశం ఎప్పుడువస్తుందా అని దూరంనుండియే కనిపెట్టిచూస్తూ వుంటాయి. లోలోతులవిశుద్ధి కొనసాగి ఇక వాటికి ప్రవేశం దొరకుట అసాధ్యమైనప్పుడుగాని వాటిప్రవృత్తి కట్టువడదు.

నిస్తరంగసముద్రం వంటివాడవు కావాలి

బాహ్యజీవితమున ఘటిల్లు సంఘటనలకుగాని, నూతన పరిణామములకు గాని, ఉద్రిక్తుడవై బహిర్ముఖుడవు కావద్దు. నిస్తరంగసముద్రములోనికి ప్రవేశించు తరంగములు వానియందే విలీనమై శాంతించునట్లు ఇవన్నీ నీలో ప్రవేశించి లయించి పోవలసిన అవసరమున్నది.

దిగులుచెందవలసిన పనిలేదు

హృదంతరాళములోని చైత్యపురుషసంబంధమైన వివేచనము, భావోదయము గలవారు తమ ఆధ్యాత్మికభవిష్యత్తువిషయమున దిగులుచెందవలసిన పనిలేదు. ఆ చైత్యవివేచనము సంపూర్ణమై చైత్యపరివర్తనముగ పరిణమించనిచో దానికి కారణము సాధకుని బాహ్యచేతనయందొక విభాగము పూర్వప్రవృత్తులయందింకనూ ఆసక్తమగుచుండుటేయగును.

భవిష్యత్తువైపునకే నీచూపు నిగుడించు

సాధించిన ప్రతివిజయము నూతన విజయములకు బలమునిస్తూ వుంటుంది. ఇప్పుడు సాధించిన పురోగతి ఇంతకంటె ఘనతరమైన పురోగతికే సదా ప్రోత్సాహం కల్పిస్తూ వుండాలి. సాధకునికెప్పుడూ భవిష్యత్తువైపే చూపుండవలెనుగాని గతించినదానిని నెమరువేస్తూ హర్షోత్సవం శ్రేయోదాయకంకాదు.

తీవ్రసాధననిష్ఠునకే తీవ్రప్రతిరోధములు

మామూలు అలసగతిలోకాక త్వరితగతిని సమగ్రము, ప్రస్ఫుటమునైన అభివృద్ధిని సాధించగోరే సాధకుడు తరచుగా తీవ్రసంఘర్షణలనే ఎదుర్కొవలసివస్తూ వుంటుంది. పైకిపోవాలనే తీవ్రప్రేరణను క్రిందినుంచే క్రిందికి దిగలాగజూచే తీవ్రప్రతిరోధాలు సిద్ధమవుతాయి. కాని వాటిని జయించటం జరిగినప్పుడు సాధకునికది ఎంతోలాభదాయకం.

దైవరక్షణ

దైవరక్షణమగురించిన విపరీతాపేక్ష ఎన్నడునూ పెట్టుకోరాదు. మన పరిస్థితినిబట్టి, ప్రపంచపరిస్థితినిబట్టి కొన్నికొన్ని పరిమితులకు లోబడియే దైవరక్షణ అనేది పనిచేస్తూ వుంటుంది. అలౌకికసంఘటనలు జరుగుతూ వుందేమాట నిజమే కాని మనవిషయంలో అది జరగాలని హక్కుగా కోరుటకు వీలులేదు.

సంశయాదులను జయించే ఉపాయం

మానవప్రకృతిని రూపాంతరంచెందించడంవంటి బృహత్కార్యమును సాధించవలసియున్నప్పుడు సంశయములు, కష్టములు చుట్టుముట్టడం అనివార్యం. కాని యీ సంశయములను, కష్టములను యధేచ్ఛగా విజృంభించనివ్వడంకాదు వీటిని జయించేమార్గం. వీటినుండి విడివడనేర్చి వీటికి వశవర్తులమైపోకుండా నిలద్రొక్కుకోగలిగినప్పుడే వీటిని జయించడం సాధ్యం.

లోయెలుగు-లోవెలుగు

సంశయాదులలోపడి కొట్టుకొనిపోకుండా వాటినుండి వేరుపడడం నేర్చినప్పుడు నీలోనున్న అంతర్వాణి సన్ననియెలుగును వినగలిగే అవకాశం పొందగలుగుతావు. ఈబయటి గందరగోళమంతా అప్పుడు పూర్తిగా బయటికి నెట్టివేయబడుతుంది, లోవెలుగుప్రసారణకు నీలో అవకాశం కల్పించు. వెర్రిమానసపు గ్రుడ్డివెలుగు నీ అంతర్వైభవం కనుగొనుటకు చాలదు.

ఈశ్వరునికే సర్వమూ నివేదించు

ఈశ్వరునే సర్వదా స్మరించుచు శాంతిని, నిశ్చింతను, ఆనందమును నీవెంట తీసుకొనిపో. భూత, భవిష్యత్తులనుగురించిన ఎట్టిఆలోచనలూ నిరర్థకములు. సార్థకములైన ఆలోచనలే చేయదలచుకుంటే ఈశ్వరునకే వాటిని నివేదించి దివ్యసత్యంవెలుగులో వాటివవలోకించు. అప్పుడే వాటి సత్యం నీకెరుకపడి సక్రమనిర్ణయాలు చేసుకోగలుగుతావు.

అసురశక్తుల ప్రతిఘటన

÷

అసురశక్తుల జోక్యం

మానవునిలోగల సామాన్యదౌర్బల్యములచే సాధనకు అంతరాయము లేర్పడడం ఒకరకం. అవిద్యయందలి అవరప్రకృతిక్రియాకలాపమునకు సంబంధించిన దౌర్బల్యములవి. ఇదిగాక అసురశక్తులు ప్రత్యేకించి జోక్యంకల్పించుకోడంవలనకూడా అంతరాయములేర్పడడం కద్దు. విప రీతమైన అంతఃక్షోభములను ఈ అసురశక్తులు జనింపజేస్తూ వుంటాయి.

అసురశక్తుల లక్ష్యాలు

అసురశక్తులు ప్రతిసాధకునిపైనా దాడిచేస్తాయి. కొందరకది తెలుస్తుంది. తక్కినవారికి తెలియదు. సాధకునిపై తమప్రభావం చూపడం అతనినువ యోగించుకోడం, అతని సాధనను భగ్నంచెయ్యడం మొదలైనవి వాటి లక్ష్యం కాదు. కాని పరీక్షగానే భావించి వాటిని ఎదుర్కోవలసి వుంటుంది.

అసురశక్తులు రెచ్చగొట్టు ధోరణులు

సాధకునియందు దైవముపై తిరుగుబాటుప్రవృత్తి చెలరేగడం, చేస్తూ ఉన్నసాధనను పూర్తిగా విడనాడదలచడం, మహావిపత్తేదో వచ్చిపడ

నున్నట్లుగా భావించుకొనడం, ఇట్టి ధోరణులన్నీ అసురశక్తుల ప్రేరణ ఫలితములే. ఈ అంతఃక్షోభములను మామూలు మానవదౌర్బల్య ఫలితముల క్రింద జమకట్టుటకు వీలులేదు.

అసురశక్తుల జోక్యం రెండువిధాలు

అసురశక్తులు కల్పించుకొనే జోక్యం రెండు విధాలుగా ఉండవచ్చు. అవరప్రకృతిశక్తులనే ఉపయోగించుకుంటూ అంతకు పూర్వంలేని తీవ్ర ప్రతిరోధాన్ని వాటియందు రెచ్చగొట్టడం ఒకవిధం. ఇట్లుగాక, నేరుగానే స్వకీయబలముతో సాధకునిపై దండెత్తడం వేరొకవిధం. ఇట్టిసందర్భాల్లో సాధకుడు తాత్కాలికంగా దేనిచేతనో ఆవహించబడినట్లు, అద్దానిప్రభావానికి లోనైనట్లు కనిపిస్తాడు.

స్వాధీనం తప్పిన చేష్టలు

అసుర శక్తిచే ఆవహించబడినప్పుడు, లేక అద్దాని అప్రతిహత ప్రభావానికి అనివార్యంగా లోనయినప్పుడు సాధకుని ఆలోచనలు, భావాలు, చేష్టలు కడు విపరీతంగా కనిపిస్తాయి. మెదడు కారుగ్రమ్మినట్లయి, ప్రాణకోశం సుడులు తిరుగుతున్నట్లు కాగా అతని చేష్టలన్నీ అతని స్వాధీనంలో లేక ఏపరాయిశక్తికో లోనయినట్లుంటాయి.

ప్రబల ప్రభావం మాత్రమే ప్రసరించినప్పుడు

అసుర శక్తిచే ఆవహింపబడుటగాక అద్దాని ప్రబల ప్రభావము మాత్రమే సాధకునిపై ప్రసరించుట సంభవించినపుడు విపరీత లక్షణములు అతనియందంత ప్రస్ఫుటముగా కానుపింపవు. కాని అసురశక్తుల ధోరణులెట్టివో తెలిసిన వారికిదీనిని పసిగట్టడం సులభమే. సాధకుడిట్టి పరిస్థితిలో అసురశక్తి కంటె వేరై నిలిచి దానిని ప్రతిఘటిస్తాడు.

దివ్యత్వమునకు ప్రబల విరోధులు

అవర ప్రకృతి దివ్యతేజోవిరహితమగుటచేసి అదివ్యము, అజ్ఞాన కలితము మాత్రమేగాని అసురము గాదు. అసురశక్తులు అదివ్యములు మాత్రమేగాక దివ్యత్వమునకు ప్రబల విరోధులు కూడ. అవర ప్రకృతిని అవి కైవస మొనర్చుకొని వక్రింపజేసి విపరీత మార్గముల త్రొక్కించి, తద్వారా మానవుని చెప్పుచేతలలో నుంచుకోడానికి ప్రయత్నిస్తూ వుంటాయి.

క్రుంగిపోయే అలవాటునుండి తప్పించుకో

యోగ్యతాసంపత్తి నీలో బొత్తుగా లేవట్లు తలపోసుకొంటూ పాపాలనూ, కష్టాలనూ, అపజయాలనూ నెమరు వేసుకొని క్రుంగిపోయే అలవాటు నుండి నీవు తప్పించుకొని బయటపడడం అవసరం. ఈధోరణి భావాలు నీకెంతమాత్రమూ తోడ్పడకపోగా పురోగతికి తీవ్ర ప్రతిబంధకములవు తాయి. యోగానుష్ఠానపరునికి ఇవి యెంతమాత్రం తగవు.

దోషాలను ప్రశాంతంగా త్రోసిపుచ్చు

గవ ప్రకృతియందలి లోపములనన్నింటినీ యోగి సర్వసామాన్యంగా అందరిలోనూ ఉండే అవరప్రకృతి కార్యములుగా పరిగణించడం నేర్చు కొని ఈశ్వరశక్తియందు పరిపూర్ణ విశ్వాసంతో వాటిని ప్రశాంతంగా పట్టుదలతో త్రోసిపుచ్చడం అభ్యసించాలి. ఈసందర్భమున ఎట్టినిరాశకు, ఉద్రేకానికి, ప్రమత్తతకు, దౌర్బల్యానికి, తొందరపాటుకు అతడు లోను కారాదు.

ప్రాణకోశగతాహంకారం అసురశక్తి కాదు

ప్రాణకోశమందలి అహంకారం సామాన్య మానవప్రకృతిలో భాగమే. కాని అసురశక్తికాదు. ఈ అహంకారం ప్రతివారిలోనూ వుంటుంది. నీయందలి నిక్కమైన ప్రాణమయ పురుషునికిది వికృతచ్ఛాయ. కావున దీనిని విశుద్ధ మొనర్చి రూపాంతరం చెందించవలసి వుంటుంది. కామము, గర్వము మొదలైన పరిచిత వృత్తులందభిమానముచే అవర ప్రకృతి ఈరూపాంతరీకరణకు అడ్డుతగులుతూ వుంటుంది.

అసురశక్తుల ప్రవృత్తిలక్షణం

ఈశ్వరునిపై తిరుగుబాటు, ఈశ్వరకార్యంపట్ల శత్రుత్వం అసురశక్తుల లక్షణం. జీవుడుగాని, ఈపృథ్విగాని ఆధ్యాత్మికసంసిద్ధికెంతవరకు సిద్ధంగా వున్నదీ పరీక్షించడానికి ఈ అసురశక్తులు తమకుతామై పూనుకొంటాయి. అధిక్షేపిస్తూ, విపరీతసూచనలు చేస్తూ, నిరాశ జనింపచేస్తూతిరుగుబాటుకు పురికొల్పుతూ, కష్టాలుకలిగిస్తూ అడుగడుగునా ఇవి తీవ్రప్రతిరోధాలు కల్పిస్తూనే వుంటాయి.

ఆత్మబలాదులను మనం మరింతగా కోరగల్గుటకు

సృష్టివిధానంలో తమకీయబడిన అధికారాలను పురస్కరించుకొని యీ అసురశక్తులు అణుమాత్రపు దోషమునుకూడా పర్వతాలలాగ కనిపింప జేస్తాయి. ఒకచిన్నతప్పటడుగు పడేసరికల్లా మార్గంలో తారసిల్లి ఒక హిమాలయపర్వతాన్నే అడ్డంగా పడవేస్తాయి. కేవలం పరీక్షకేగాక ఆత్మ బలం, ఆత్మవిశ్వాసం, ఆత్మజ్ఞానం, దైవానుగ్రహప్రసారం మరింతగా మనం కోరగలందులకే ఇది యిట్లు జరుగుతూ వుంటుంది.

స్వల్పాంశమునకుగూడ విశేషప్రాధాన్యం

అసురశక్తులందాదికి అవకాశమిచ్చిన అంశం సామాన్యదృష్టికి కడు అల్ప మైనదే కావచ్చు. కాని, సాధనదృష్ట్యా అది చాల ప్రధానాంశమే అవు తుంది. సాధకుడచట వాటికి లొంగిపోవడమంటే కోటతాళంచెవి యొకటి వాటికందివ్వడమన్నమాటే. ఎంతటి చిన్నదిడ్డికంతలో నుంచి యైననూ అవి లోనికి ప్రవేశించగలవు.

అల్పానల్పభేదకల్పనకు తావులేని సందర్భం

మనం కొనసాగించే మహాప్రస్థానమున అల్పము, అప్రధానము అనదగిన విషయమేదీ వాస్తవానికిలేదు. ముఖ్యంగా సాధన భౌతికశరీరస్థాయికి దిగి వచ్చినప్పుడు ఇట్టి భేదకల్పనలకెంతమాత్రమూ వీలులేదు. ఈ స్థాయిలో జరిగేపోరాటంలో ఎంతటి చిన్నస్థావరమును కోల్పోయినా మొత్తంమీద యుద్ధంలో అపజయానికే అది దారితీస్తుంది.

ముఖ్యంగా ఉండవలసిన వీరగుణాలు

తొట్రుపాటులేని సహనము, ఓపిక, తుదివరకూ ప్రయాణించితీరవలెనన్న స్థిరసంకల్పం, ఈ వీరగుణాలను నీవు ప్రదర్శింపగలిగివుండాలి. కొట్టి వచ్చినట్లు కనిపించేవి కాకపోయినా వీరుడైన వానికి ముఖ్యంగావుండి తీరవలసిన గుణాలివి. వీటికితోడు సూక్ష్మదృష్టి, జాగరూకత, కలిగితే ముందుకు సాగి విజయంతథ్యం.

అత్యంతజాగరూకత అవసరం

ఏ ప్రకృతియందలి లోపాలు ఏమంత లెక్కలోనివికావు. వాటిని క్రమముగా సవరించుకొనవచ్చును. బయటినుంచి జరిగే అసురశక్తుల దాడులు, ప్రేరణలు, వీటివిషయముననే సాధకుడు అత్యంత జాగరూకతతో మెలగవలసియున్నది. తనయందు చోటుచేసికొనుటకు వీటికి ఏమాత్రమూ సందీయరాదు.

అసురశక్తి ప్రభావితులగు మానవులు

అసురశక్తులు మానవులపై సదా దాడిచేస్తూ వుంటవి. పాక్షికంగానో, సంపూర్ణంగానో వాటిప్రభావానికి లోబడి వర్తించే మానవులు చాలామంది వున్నారు. కొందరిని అసురశక్తులు ఆవహిస్తాయి. కొందరిని ఆ అసురశక్తుల అవతారములనియే చెప్పవచ్చు. ప్రపంచమంతటా నేడు (ఇది మూడవదశాబ్దినాటిమాట) వీటి విజృంభణం మిక్కుటముగానున్నది.

అసురశక్తి చేసే మొదటిపని

ఆవహించిన అసురశక్తిచేసే మొట్టమొదటి పని, వ్యక్తిని వాని అంతరాత్మనుండి వేరుచెయ్యడానికి ప్రయత్నించడం. దీని మూలముననే వ్యక్తిలో సంఘర్షణ బయలుదేరుతుంది. వ్యక్తి ఎంతమేరకు ఆవహించబడినాడు, నిర్విరామముగా ఆవహించబడుచున్నాడా లేక విరామమున్నదా? అను విషయములపై దీని నడక అంతయు ఆధారపడి వుంటుంది.

ఆధ్యాత్మికభావాలకు విపరీతార్థ కల్పన

కొన్ని అసురశక్తులు మతధర్మాభినివేశంకలిగి మతంవిషయమున చాల పిచ్చిపట్టుదలతో ఉంటాయి. కొన్నిటిపద్ధతి దీనికీ పూర్తిగా వ్యతిరేకం. కొన్ని అసురశక్తులు ఆధ్యాత్మికభావములందు తమకు విశ్వాసం లేక పోయినా వాటికి విపరీతార్థములుచెప్పి సాధకుని పెడమార్గం పట్టింపజూస్తూ వుంటాయి. సైతాను శాస్త్రప్రమాణమును చూపడమంటే ఇదే.

'గజబ్రహ్మము'కథ

'గజబ్రహ్మము'కథ నీకు తెలియదా ? అంతా బ్రహ్మమే. కాని, ఆచరణ యందు నీవు గజము (ఏనుగు)ను గజబ్రహ్మముగాను, అసురుని అసుర బ్రహ్మముగాను పరిగణించవలెనేగాని వట్టిబ్రహ్మముగా పరిగణించరాదు. మానవుడు రాక్షసుని తప్పించుకోడమో, జయించడమో చెయ్యాలి. లేని యెడల ఉభయులూ బ్రహ్మమే అయినా రాక్షసుడు మానవుని మ్రింగి వేయవచ్చు.

రాక్షసునియెడ స్నేహంతో మెలగడం అవివేకం

సాధకుడు దివ్యచైతన్యశక్తికుపకరణమయ్యే పర్యంతం బ్రహ్మానుభూతి అంతరికమైన అచలానుభూతిమాత్రమే అవుతుంది. దివ్యచైతన్యశక్త్యు పకరణమైనప్పుడు ఏనుగుతోనూ, రాక్షసునితోనూ ఎట్లు వ్యవహరించ వలెనో ఆ శక్తికి తెలియునుగనుక వాటి సమస్యలుదయించనేరవు. అంత రంగమున రాక్షసునియెడ వైరంతో పనిలేదు. కాని, అతనియెడ స్నేహంతో మెలగుటమాత్రం అవివేకము.

ఈశ్వరసంబంధమైనవాటికే ప్రవేశమివ్వాలి

అసురశక్తులను గమనించడం వేరు. వాటిని నీ లోపలకు ప్రవేశింప నివ్వడం వేరు. ఎన్నివిషయాలనైనా నీవు పరిశీలించవచ్చు. వాటిని గురించి తెలుసుకోవచ్చు. కాని అవి నీలోనికి చొచ్చి నిన్ను ఆవహించ డానికిమాత్రం అవకాశమీయరాదు. నీవు చోటీయవలసినది ఈశ్వరునికీ, ఈశ్వరునినుండి ప్రసరించువాటికి మాత్రమే.

వెలుగంతామంచిదే అనుకోరాదు

వెలుగంతా మంచిదేననుకోడం నీరంతా మంచిదేననుకోడం వంటిది. అది నిజం కానేరదు. ఆ వెలుగుస్వభావమేమిటో, ఎక్కడనుండి వస్తున్నదో, దానిలో ఏమున్నదో గమనించివమీదటగాని అది నిజమైన వెలుగేయని చెప్పరాదు. నిన్ను భ్రమపెట్టే వెలుగులనేకం వుంటాయి. హృత్పురుషావబోధం, విశుద్ధమానసం ఈ వివేచనలో నీకు తోడ్పడుతాయి.

శక్తియొక్క లక్షణం కనిపెట్టాలి

ఒకశక్తి చాలతీవ్రరూపంలో ఉన్నంతమాత్రాన దానిని పెద్దదనుకోరాదు. ఈశ్వరశక్తికూడా తరచు చాలతీవ్రరూపంలోనే పనిచేస్తూ వుంటుంది. కనుక ఆశక్తియొక్క లక్షణమేమిటో కనిపెట్టాలి. అది నిన్ను విశుద్ధుని గావించేదీ, వెలుగునూ, శాంతినీ ప్రసాదించేదీ, ఉన్నత పరివర్తనకు తోడ్పడేది అయితే అది మంచిశక్తి. అహంకారికప్రేరణతో అవర ప్రకృతిని రెచ్చగొట్టేది అసురశక్తి.

రాజయోగులకు సైతం దాడులుతప్పవు

రాజయోగులుగాని తదితర యోగులుగాని అసురశక్తులచేత బాధించబడరను కోవడం సరికాదు. యోగలక్ష్యం మోక్షమైనా దివ్యపరివర్తనమైనా ఈ దాడులు తప్పవు. ఏలనంటే, యీ శక్తులకు విమోచనము, పరివర్తనము రెండూ గిట్టవు. రాక్షసీమాయ అనీ, కామక్రోదాదుల రేగుదలయనీ యోగులు వీటినిగురించే సామాన్యంగా ప్రస్తావిస్తూ వుంటారేతప్ప, వీటి మూలంలోకి పోరు.

పురోగతివడ్డగించే శత్రువాణి

ప్రతివానిప్రకృతిలోను ప్రతికూలవిమర్శచేసే అహితవాణి ఒకటి ప్రశ్నలు వేస్తూ, వాదిస్తూ, అనుభవాన్నిసైతం త్రోసిపుచ్చుతూ అతనికి తనయందు, దైవంవందూ కూడ అవిశ్వాసం పురికొల్పుతూ వర్తిస్తూ వుంటుంది. పురోగతివడ్డగింపజూచే శత్రువాణిగా దానిని పరిగణించి సాధకుడు దానికే మాత్రమూ తలయొగ్గరాదు.

ముఖ్యంగా ఉండవలసిన లక్షణాలు

అసురశక్తులదాడికి ఎన్నడూ గురికాని సాధకులెవ్వరూనూ వుండరు. ఈశ్వరునియెడ పూర్ణవిశ్వాసము, సమర్పణభావము ఉంటే ఈ దాడులను సులభంగానే త్రోసిపుచ్చవచ్చును. హృత్కేంద్రమువ ఎల్ల వేళలా బల వత్తరమైన విశ్వాసము, సమర్పణభావము ఉన్నప్పుడీ దాడులకు విజయ మెవ్వటికీ సిద్ధింపనేరదు.

కారణంతో పనిలేదు

అసురశక్తులు నీపై దాడిచేయడానికి వాటికి కారణమంటూ వుండవలసిన పనిలేదు. అవి ఎప్పుడుపడితే అప్పుడు ఎవరిమీదనైనా దాడిచేయగలవు. కనుక నీవు జాగరూకుడవై వుండి వాటిప్రేరణలకు నీలో ఏదికూడా అభిముఖమై చోటివ్వకుండేటట్లు చూచుకోడం అత్యంతావశ్యకం.

విపరీత వితర్కం

అసురశక్తి దైవశక్తికంటె బలవత్తరమేమో అనికదూ నీ వితర్కం? ఈ వితర్కంమాటున మానవుని చేష్టలకు అతని జవాబుదారీ ఏమీలేదని, అతడు ఏతప్పిదంచేసి పతనమైనా దైవశక్తిదే జవాబుదారీయని, ఈ విధమైన భావం దాగియున్నది. అట్లయినచో యిక సాధనతో పనియేమున్నది? దైవాసురశక్తులేమిచేసినా చేయనిమ్మని చేతులుముడుచుకొని కూర్చోడమొక్కటే పని అవుతుంది.

సైతాను ప్రేరణగాథ

జవాబుదారీ దైవానిదేకాని మానవునిది కాదనుకునే సిద్ధాంతం ప్రకారం, అలనాడు ఏసుక్రీస్తును సైతాను నీవీ పర్వతమునుండి క్రిందికిదూకు, దేవదూతలు నీకు దెబ్బతగులనీకుండా వచ్చిపట్టుకుంటారని ప్రేరేపించడం ఒప్పు, 'నీభగవంతుడైన ప్రభువును నీవు పరీక్షచెయ్యరాదని వ్రాయబడివున్న' దంటూ క్రీస్తు ఆప్రేరణను త్రోసిపుచ్చడం తప్పు అవుతుంది. క్రిందికిదూకి అతడు నశించివుంటే దైవశక్తికంటె అసురశక్తి బలవత్తరమనుదానికది రుజువుగానైకొనబడివుండేది.

దాడులు తీవ్రరూపంధరించే సమయం

సాధకునిసాధన త్వరితగతిని అభివృద్ధిగాంచుతూ ఒకనిశ్చితస్థాయికి చేరు కొనవున్నప్పుడు అసురశక్తులదాడులు సామాన్యంగా కడుతీవ్రరూపం ధరిస్తూవుంటాయి. సాధకుని అంతస్సత్తలోనికి చొరబారి అచట దాడి చెయ్యడం వాటికి కుదరనప్పుడు బాహ్యసత్తపై దాడిచేసి అవి అతనిని చలింపజేయ చూస్తాయి.

అసురశక్తులనెదుర్కోవలసిన తీరు

అసురశక్తులు దాడిచేసినప్పుడు, నిశ్చలభావంతో దివ్యజ్యోతికీ, దివ్యశక్తికీ ఉన్మీలితుడవై తద్ద్వారా నీశక్తిసామర్థ్యములు చూపి జగత్సంఘర్షణలో అసురశక్తిపై దైవశక్తి విజయసాధనకు నిన్నునీవు ఉపకరణంగా చేసు కోడానికి అవి ఒకచక్కని అవకాశంగా గ్రహించు. ఇట్లు నీవు వాటి నెదుర్కొనసేర్చినప్పుడు, క్రమేణా దైవశక్తులు నీలో స్థిరపడిపోగా అసుర శక్తులిక దాడిచేయనేరవు.

అవరప్రకృతిచేష్టమాదిరిది కాదు

అసురశక్తులచర్యకూ, మామూలు అవరప్రకృతిచర్యకూ భేదమున్నది. అవరప్రకృతిచర్య అసురశక్తిచర్యగా తీవ్రరూపం గైకొనవలసిన అవస రంలేదు. చక్కజేయవలసిన యంత్రముమాదిరిది అవరప్రకృతి. పరతర జ్యోతిశ్శక్తులసహాయంతో ఈ యంత్రమును చక్కదిద్దుకోవలసి వుంటుంది. అసురశక్తులచర్యలక్షం పూర్తిగా భిన్నం.

సాధకులను పరీక్షించే అధికారం

అవిద్యను నిలిపి కొనసాగించడానికి విశ్వంలో అసురశక్తులనేవి ఉన్నాయి. దైవమును అంటిపెట్టుకొనివుండి సకలప్రతిరోధములనూ జయించగల అంతశ్శుద్ధిసామర్థ్యములు సాధకులకెంతవరకున్నదీ పరీక్షించే అధికారం వాటికున్నది. కాని, దివ్యజ్యోతి భౌతికచేతనలోనికికూడా అవతరించకుండా ఉన్నంతవరకే వాని ఆట.

వెలికి నెట్టబడిన అసురశక్తి సంక్షోభాలు

పైనుండికలిగిన దివ్యశక్తిఒత్తిడిచే అసురశక్తికల్పిత సంక్షోభములు వెలికినెట్టివేయబడినప్పుడు అవి సాధకుని పూర్వమువలె బాధింపజాలక దూరమునుండిమాత్రమే తమ ప్రాబల్యమునించుకగా చూపుతూవుంటాయి. వ్యక్తివాతావరణంనుండియేకాక ఆశ్రమవాతావరణంనుండికూడ యివి వెలికినెట్టివేయబడినప్పుడు వీటి బాధ పూర్తిగా సమసిపోతుంది.

అభివృద్ధిని జీర్ణింపజేసుకొనే ప్రయత్నం

సాధనలో అభివృద్ధిచేకూరినప్పుడెల్ల తరచుగా అసురశక్తులు చెలరేగి ఆ అభివృద్ధిని వీలైనంతవరకు సంకోచింపచెయ్యడానికి ప్రయత్నిస్తూ వుంటాయి. ఇట్టి సందర్భాలలో, సాధించిన అభివృద్ధిని చిక్కబట్టుకొని దానిని నీలో జీర్ణింపజేసుకోడానికి ఏకాగ్రనిష్ఠ వహించాలి. బహిర్ముఖుడవై దానిని చెదరగొట్టుకోరాదు.

తామేదో లాభంపొందాలనికాదు

సాధనలో సాధకుడు సంపాదించుకున్నదెల్ల కొల్లగొట్టుకొని పోవడానికే అసురశక్తులు ఎప్పుడూ కనిపెట్టుకొని వుంటాయి. అలా కొల్లగొట్టు కొనిపోవడంవలన తామేదో లాభం పొందాలని కాదు. దివ్యజీవనప్రతి ష్ఠాపనకు అవి ఉపయోగపడకుండా వుండడమే వాటికి కావలసినది.

జ్యోతిర్మయ, తమోమయ శక్తుల నడుమ సంఘర్షణ

జ్యోతిర్మయశక్తులకూ, తమోమయశక్తులకూ నడుమ సంఘర్షణ నిత్యమూ సాగుతూ వుంటుంది. వెలుగుబాటలో సాధకుడు ప్రగతిసాధించినప్పు డెల్ల, అతనిలోని పూర్వవాసనల రేకెత్తింపచెయ్యడంద్వారాకాని, వాతా వరణంలో ప్రచలితమయ్యే భావాల నుపయోగించడంద్వారాగాని తమో మయశక్తులీ ప్రగతిని స్తంభింపజేయజూస్తాయి.

విక్షేపరహిత పరిస్థితి

ఆత్మసమర్పణభావపూర్వకముగా దైనశక్తియొక్క సుస్థిరశాంతి భౌతిక చేతనయందుసైతం ప్రతిష్ఠితమైనప్పుడే సుస్థిరమైన పునాది ఏర్పడి ఎట్టి విక్షేపములూ లేని పరిస్థితి నెలకొంటుంది. ఉపరితలమున మాత్రం స్వల్ప మైన కొన్నిచిక్కులింకనూ వుంటే వుండవచ్చును.

పనిగట్టుకొని ఎట్టిపరీక్షకూ దిగరాదు

పనిగట్టుకొని ఏపరీక్షకూ దిగవలసిన పనిలేదు. ఏపరీక్ష అవసరమైనా సాధన పురోగతిపథమున మామూలుగా దానంతటదియే సాధకునకు సంప్రాప్తమవుతూ వుంటుంది. ఇదిగాక, అసురశక్తులవలన కలిగే పరీక్షలు కలవు. సాధకునిలోని దౌర్బల్యం కనిపెట్టి సాధనను భగ్నం చెయ్యజూడడం వీటి లక్షణం.

ప్రశాంతమైన ఆత్మపరిశీలనం చాలు

పనిగట్టుకొని పరీక్షలకుదిగే పద్ధతి కడుప్రమాదకరం. ఇట్టి లేనిపోని ప్రయత్నాలు అనవసరంగా చెయ్యడం అసురశక్తులను తీరికూర్చుని ఆహ్వానించి, మనం బహిష్కరించవలసివున్నవాటిని రెచ్చగొట్టడమే అవుతుంది. ఎరుక ఉండడమనేది అవసరమే. కాని అందుకు ప్రశాంతమయిన ఆత్మపరిశీలన చాలు. పనిగట్టుకొని చిక్కులను తెచ్చిపెట్టుకోరాదు.

అవరభూమికలోని సంఘర్షణలు

ఈశ్వరుడు నీలో అభివ్యక్తమయ్యేది ప్రశాంతిపూర్వకమైన స్థిరతా, సామరస్యముల ద్వారమునగాని, విపత్కర సంక్షోభముల ద్వారమునగాదు. సంక్షోభములెప్పుడూ సాధారణంగా ఒండొంటితో తలపడు ప్రాణమయ శక్తులసంఘర్షణకు సూచకములు. ఏమైనా యీసంఘర్షణ అవరభూమికలోనిదే.

పరీక్షలుచేసేది భగవంతుడుకాదు

పరీక్షలుచేసేది భగవంతుడుకాదు. అవరభూమికలలోనిఅన్న, ప్రాణ, మనోమయశక్తులే యీపరీక్షలు చేస్తూవుంటాయి. జీవుని ఆత్మ తనను, తనశక్తులను తాను విచ్ఛేద మొనర్చుకోవలసివున్న బంధనములను గుర్తెరుగుటకు తోడ్పడుటద్వారా ఇవి ఆత్మకు శిక్షణనొసగునుగాన భగవంతుడు వీని ననుమతించడం జరిగియున్నది.

అనుభవంవలన లాభంపొందడం తెలియాలి

అనుభవంవలన ఉపయోగం పొందడమెట్లో తెలుసుకున్నట్లయితే అసుర శక్తుల దాడులుసైతం మనకు ఉపయోగకారులే అవుతాయి. అట్లని వాటిని తిరికూర్చుని ఆహ్వానించరాదు. మనలో బలహీనత ఎక్కడవున్నదో అక్కడ తమయావచ్ఛక్తినీ ప్రయోగించడం వీటిలక్షణంగనుక మనం జాగరూకులమైవుంటే ఆబలహీనతను తెలుసుకొని పోగొట్టుకోవచ్చు.

మంచిలక్షణాలకు సైతం ముప్పువాటిల్లే స్థితి

అసురశక్తులదాడులలోని ముఖ్యలక్షణం ఏమంటే అవి చాలాతీవ్రంగా వుండి విపరీత సంక్షోభంకలిగిస్తాయి. అట్లుసంక్షోభంకలిగించడములో మనలో అదివరకు నెలకొనివున్న విశ్వాసం, శాంతి మొదలైన మంచి లక్షణాలకుగూడ ముప్పు తెచ్చిపెట్టుతాయి. కనుక మనం కడు అప్రమత్తులమై మెలగడం అవసరం.

ధైర్యంచెడగొట్టి క్రుంగదీసే ప్రయత్నం

తీవ్రప్రలోభములకు సాధకుని గురిచేయుట ద్వారమునను, ప్రాణకోశ ప్రవృత్తులలో తీవ్రసంక్షోభములు కలిగించుటద్వారమునను సాధనను భగ్నంచెయ్యడం అసురశక్తులకు సాధ్యం కానప్పుడు వ్యతిరేకమార్గంలో ఇక అతనిధైర్యంచెడగొట్టి అతనిని క్రుంగదీయడానికవి ప్రయత్నిస్తాయి. సాధననే పరిత్యజింప ప్రేరేపించడం అటుతరువాత జరిగేపని.

పరోక్షపుదాడుల తీరు

అసురశక్తుల పరోక్షపువాడులు మరొకరకం. సత్యానృతములను కలగలిపి, అసత్యములను దివ్యసత్యపు ముసుగులో మెరయింపజేస్తూ, అవరచేతనను పరచేతనతో మిళితంచేస్తూ బలాత్కారమునగాక వంచనపూర్వకముగా సాధకుని పెడమార్గానబెట్టడం ఈవిధమైన దాడులలో జరుగుతూ వుంటుంది.

సత్యం నీలో వృద్ధిచెందే మార్గం

తమస్సునిండారిన అసత్యదృష్టితో ఒకవిధమైన దుస్థితియందు నీవున్నప్పుడు నీకు తోచేదానిని ప్రకటించడమే అంతశ్శుద్ధి లక్షణమని భావించబోకు. సత్యదృష్టికలిగి సత్యమునప్రతిష్ఠితుడవై యున్నప్పుడు నీకు తోచేది దీనికి విరుద్ధంగా వుంటుంది. కనుక దానినుండి ప్రస్తుతం చ్యుతుడవైనా తిరిగి దానిని అందుకోవడంవల్లనే సత్యం నీలో వృద్ధిచెందుతుంది.

మనస్సు స్థాయి తప్పరాదు

అసురశక్తి దాడిచేసినప్పుడు మనస్సులోని తెలివికి మబ్బుక్రమ్మేటట్లు చెయ్యడం అదిచేసే మొట్టమొదటి పని. లేనియెడల తాత్కాలింగాకనైనా దాని ఆట సాగదు. మనస్సు జాగరూకమై వుండి సత్యమును విడనాడ నట్లయితే అసురశక్తిదాడి ప్రాణకోశమును మాత్రమే బాధించగలుతుంది. మనస్సు స్థాయితప్పకుంటే ప్రాణకోశపు స్థాయిని తిరిగి సాధించడానికి సైతం అది సహాయకారి అవుతుంది.

ప్రాణకోశంకూడా స్థాయితప్పకుంటే

మనస్సుతోపాటు ప్రాణకోశంకూడా స్థాయిని తప్పకున్నప్పుడు, అసుర క్తి భౌతికచేతనపై మాత్రమే తన ప్రభావం చూపగలుగుతుంది. ఇందు శరీరంలో తాత్కాలికంగా కొంత అశాంతి, అస్వస్థత ఏర్పడవచ్చు. మనఃప్రాణకోశముల స్థాయి తప్పలేదుగనుక అది ఏమంత బాధకం రదు.

దైవమందు విశ్వాసం సడలనీయరాదు

అసురశక్తిదాడి ఎంతబలవత్తరమైనదైనా మనస్సుస్థాయిని తప్పనివ్వకుండా జాగ్రత్తపడడం అత్యంతావశ్యకం. ఇది కుదరవలెనంటే భగవంతుని ందు విశ్వాసం సడలనీయరాదు. 'భగవంతుడున్నాడు. ఎట్టి విషమ క్షలు వచ్చినా నేనాయనను చేరుకొనితీరుతాను' అనెడి విశ్వాసమే లమునూ సమదృష్టితో చూడడానికి నీకు తోడ్పడుతుంది.

రాజస తామసాహంకారాలు

గర్వంతోనూ, స్వాతిశయప్రవృత్తితోనూ కూరటిల్లి యుండునది రాజసికా హంకారం కాగా, తననుతాను తక్కువపరచుకొని దౌర్బల్యమును ప్రకటించు కుంటూ వుండేది తామసికా హంకారం. 'నేనసమర్థుడను, అభాగ్యుడను, భగవంతునకు నాపై అనుగ్రహంలేదు. నావంటి నికృష్టునిపై భగవదనుగ్రహం ఎలా ప్రసరిస్తుంది?' అనేధోరణి తామసికాహంకారానిదే.

తామసాహంకారానిదే మరియొకధోరణి

'భగవంతుడు ప్రత్యేకించికష్టా లనుభవించడంకోసమే నాకీ జన్మయిచ్చాడు, నేనుతప్ప తక్కినవారంతా ఆయనకృపకు పాత్రులవుతున్నారు. సాధనలో అంతాముందుకుపోతున్నవారే, నేనొక్కడనే యిలా వెనుకబడిపోయాను, ఎల్లరూ నన్ను వదలివేస్తున్నారు, కష్టాలపాలై మృత్యువునెదుర్కోడం తప్ప నాకిక వేరుగతిలేదు.' అనుకోడంకూడా తామసికాహంకారలక్షణమే.

రాజసతామసాహంకారాల మిశ్రణం

కొందరిలో ఒక్కొక్కప్పుడు రాజస, తామసాహంకారాలు కలగాపుల గంగా మిశ్రితమై కానవస్తాయి. సూక్ష్మరూపంలో ఒకదానినొకటి బల పరచుకొంటూ అవి ముందుకుసాగడంకూడా కద్దు. ఏమైనా యిదంతా అహంకారంచేసే గొడవయే. సమ్యగ్దర్శనమునకిది అవరోధం.

ఆధ్యాత్మిక సమ్యగ్దర్శనం

హృదయాంతరస్థచైత్య పురుషోన్మీలనపూర్వకమైన ఆధ్యాత్మికసమ్యగ్దర్శనలక్షణం ఈతీరుగా ఉంటుంది. ఇప్పటి నాపరిస్థితి యిట్టిదైనప్పటికీ నాఆత్మ భగవదంశాసంభూతం. ఎప్పటికైనా అది భగవంతుని చేరుకొనక తప్పదు. ప్రస్తుతం నేనపరిపూర్ణుడనే. కాని నా అన్వేషణం నాలోదాగి వున్న భగవంతుని పరిపూర్ణత్వంకొరకు. దానిని సాధించునది నేనుకాదు. భగవదనుగ్రహమే సర్వమును సాధించగలదు.

'నేను' ఉండవలసిన తీరు

సాధకునిలోని 'నేను' భగవంతునిలోని ఒకానొక స్వల్పాంశముగానూ, భగవంతునిచేతి ఉపకరణముగానూ, తనను తాను గుర్తించుకొనివుండడం అవసరం. భగవంతుని ఆధారంలేనప్పుడా 'నేను' శూన్యప్రాయం. కాని భగవదనుగ్రహం పొందగలిగినప్పుడా 'నేను' భగవదిచ్ఛానుసారంగా ఏమి అగుటకైనను సమర్థమే.

ఎంతటివారికైనా సంప్రాప్తమయ్యేవే

సాధనమార్గంనుంచి ఛలింపజేయజూచే అసత్ప్రేరణలు ఎంతటిమహాసాధకులకైనా, అవతారపురుషులకు సైతం, సంప్రాప్తమవుతూ వుండేవే. బుద్ధుడు, ఏసుక్రీస్తు వీటినెదుర్కొనియుండలేదా? వాటినామోదించకుండా వుండడమే ఇచట కావలసినది. అవి పరాయి సూచనలుగాని నీవి కావనీ, వాటిలో సత్యం ఏమాత్రమూ లేదనీ గ్రహించి వాటికి వేరై వుండడం నేర్చుకో.

అసత్ప్రేరణల గుర్తింపు

అసత్ప్రేరణలుకలిగినప్పుడు వాటిలక్షణాన్ని బట్టియే అవి ఎటువంటివైనవీ తెలుసుకొనడానికి వీలున్నది. అట్టివానిని తెలుసుకొన్నదే తడవుగా వాటికి నీలో ప్రవేశం నిరాకరించి వాటిని త్రోసిపుచ్చడం అత్యంతావశ్యకం. ఆ ప్రేరణలకు వెనుకవుండే గూఢశక్తులను ప్రత్యక్షంగా చూడగలిగేనేర్పు చాలాకొద్దిమందికిమాత్రమే వుంటుంది.

అసత్ప్రేరణలను ప్రబలనీయవద్దు

అసత్ప్రేరణలను నీలో ఎంతమాత్రమూ ప్రబలం కానివ్వకు. నీపైన అవి దాడిచేసినప్పుడెల్ల వాటినెదుర్కొని నిలవరింపనేర్చినకొలదీ నీ పురోగమనసామర్థ్యం పెరుగుతుంది. వాటిసూచనలను నీవేమాత్రం ఆమోదించినా నీపై మరలమరల దాడిచేసేలక్షణం వాటిలో వృద్ధిచెందుతుంది. కనుక యించుకసేపైనా వాటిని నీలో ప్రబలనీయవద్దు.

ఈశ్వరశక్తితోడి సంస్పర్శను వీడకు

ఈశ్వరశక్తితోడి సంస్పర్శను విడనాడకుండావుంటూ అసురశక్తుల దాడులను ప్రతిఘటించడానికి పూనుకో. ఇక తక్కినదెల్ల ఈశ్వరశక్తియే సాధించిపెడుతుంది. ఎంతటి సాధకుడైనా తనంతతానుగా రూపాంతరం చెందజాలడు. ఈశ్వరశక్తియే సాధకునిలోనికాహ్వానించబడి ఆపనిని సాధించవలసి వున్నది.

ఈశ్వరశక్తి సహాయం

అసురశక్తులదాడులెంతబలవత్తరములైనా, ఎంతటి కటికచీకట్లు నిన్ను కమ్ముకొనివున్న సందర్భంలోకూడా ఈశ్వరశక్తి నీకు తోడుగా నీలోపల గూఢంగా పనిచేస్తూ నిత్యమూ ఉంటూనే వున్నది. నీవు గుర్తించలేక పోయినంతమాత్రాన అది లేకుండా పోలేదు. లోగడ ఎప్పుడూ అది ఉపసంహరించబడలేదు. ఇక ముందుకూడా ఉపసంహరించబడదు.

సాధనకవసరమైన కలయిక

హృత్పురుషచేతన, మనోమయచేతన, ప్రాణమయకోశమందలి ఊర్ధ్వవిభాగచేతన, మూడూకలసినప్పుడే సామాన్యంగా యోగసాధన అనేది కొనసాగుతుంది. ఇవి కలియకున్నప్పుడు ఎడనెడ ఏవోకొన్ని అనుభూతులు కలుగుటనుమించి ఉత్తమ ఫలితములేవీ యోగసాధనలో పొందుటకు వీలుపడదు.

ప్రతికూలప్రవృత్తుల తీవ్రప్రకోపకారణం

ప్రాణమయకోశములోని అవరవిభాగము అన్నమయకోశము. వీటిలో ఎప్పుడూ సాధారణంగా సాధనకు అనుకూలించని లక్షణములు కొన్ని పొడసూపుతూనే వుంటాయి. పరాయి జోక్యమేదీ లేకున్నప్పుడు వీటిని అదుపులోపెట్టడం సాధకునకేమంత కష్టంకాదు. జీవునిపై తమపెత్తనం కోల్పోవుటకిష్టపడని అవరవిశ్వశక్తుల జోక్యంమూలముననే వీటి ప్రకోపం మరింతతీవ్రతరమవుతూ వుంటుంది.

అంతస్సత్త దృష్టిలో పెనుగాలులు

బాహ్యసత్తపై అసురశక్తులదాడులు కేవలం బాహ్యస్పర్శలు, లేక సూచనలుగనో, లేక వాతావరణంలోని ఏవో కదలికలుగనో చూపట్టవచ్చును. కాని అంతస్సత్తకుమాత్రమది వెలుపల పెనుగాలులువీస్తున్నట్లే ఉంటుంది. లోనికి అవి ఏమాత్రం చొరబడినా వెంటనే వాటిని వెలికినెట్టివేసి తలుపులు కిటికీలు బంధించివేయడం సంభవిస్తుంది.

కంగారు పనికిరాదు

అసురశక్తులు నీబాహ్యమనః ప్రాణసత్తలనించుక స్పర్శించినంతమాత్రమున నీవు కంగారుపడి వివశుడవై పోరాదు. హృదయమునం దేకాగ్రత వాటిని త్రోసిపుచ్చుటకు మంచి ఉపాయం. కాని, దానితోపాటుగా ఆదాడులకు వేరై నిలిచి వాటికంటె నీవు వేరనితెలియగల చేతనను పెంపొందించుకొనడంకూడా అవసరం.

శిరస్సుతో అనుసంధానం

హృదయమందేకాగ్రతమూలమున అసురశక్తులదాడులు చాలవరకు తగ్గి వెనుకటంత తరచుగా అవి రాకపోవడంకూడా కానవచ్చినప్పుడు, హృదయమును శిరస్సుతో, చైత్యపురుషచేతనను ఉన్నతాధ్యాత్మికచేతనతో, అనుసంధానింపజేయుపర్యంతమూ హృదయమందా ఏకాగ్రతను నీవింకనూ కొనసాగించడం అవసరం. సాధనసాఫల్యమునకు అదియేమార్గం.

మూడుమార్గాలు

అన్నప్రాణమయచేతనలు తమ్ముదాము భగవంతునికి అర్పణచేసుకొను నట్లుగా వాటిపై ఒత్తిడితేగలశక్తి చైత్యపురుషచేతనలో పెంపొందాలి. లేక, ఉన్నతాధ్యాత్మికచేతనలో క్రిందికిదిగివచ్చి క్రిందిభూమికల నాక్రమించుకొని అంతశ్శాంతికి భంగమురానివిధంగా ప్రాతవాసనలను వెలికి నెట్టివేయగలిగి వుండాలి. ఈరెండుపద్ధతులూ కలిసిపనిచేయుట అనునది యోగసాధనలోని మూడవమార్గం.

బాధలనడుమసైతం పరమశాంతి

అసురశక్తుల దాడులకు గురిఅవుతున్న సమయంలో నీలో ఒకభాగం ఆబాధలూ, చీకట్లమధ్యకూడా ఒకానొక పరమశాంతిని ఎడతెగకుండా అనుభవించగలుగుతున్నట్లయితే అదొక ఘనవిజయమే. ఆశాంతిని అట్లు అనుభవించక అనిశ్చితస్థితిలో తచ్చాడే విభాగంసైతమూ సర్వసమర్పణ నలవరచుకోడమే ఆతరువాత జరుగవలసినపని.

అన్నమయకోశంలోని తమస్సు

ప్రాణమయ కోశమందలి అలజడుల వలెనే అన్నమయ కోశమందలి తమస్సు, దాని లక్షణములుకూడా ఊర్ధ్వోన్మీలనం నీలో కలుగనీయకుండ చేయజూచు అసురశక్తుల దాడిఫలితములే. దృఢసంకల్పంతో ఆ అలజడులను త్రోసిపుచ్చినట్లే ఈ తమస్సును, స్తబ్ధతను బాధనుగూడా త్రోసిపుచ్చడం అత్యంతావశ్యకం.

దైవంకోసంచేసే ఏపనియైనా దివ్యమే

మానసికపరిశ్రమకంటె శారీరకపరిశ్రమ తక్కువరకమనుకోడం సరికాదు. అది బుద్ధి తన స్వాతిశయప్రవృత్తిచేత వేసుకొనే అంచనా. దైవంకొరకై చేసిన ఏపనిఅయినా దివ్యమే. మన స్వీయాభివృద్ధికొరకు, యశస్సుకొరకు, మానసిక సంతృప్తికొరకు చేసే మానసికపరిశ్రమకంటే దైవంకొరకు చేసే శారీరకపరిశ్రమ దివ్యతరం.

మానసికాహంకారం కల్పించే దుర్భ్రమ

తాత్కాలికమైన శారీరకాస్వస్థత ఏదైనా ఏర్పడితే, దానిని తొలగించుకుని శారీరకశక్తిని కూడదీసుకోడానికి విశ్రాంతి తీసుకోవచ్చు. అంతేకాని, మానసికాభివృద్ధి సాధననిమిత్తమై శారీరకపరిశ్రమకు స్వస్తిచెప్పాలనుకోడం మంచిదికాదు. ఇది మానసికాహంకారం కల్పించే దుర్భ్రమ.

తమ అధిపత్యంకోసం అసురశక్తుల యత్నాలు

మనోమయ, ప్రాణమయ చేతనలనుండి సాధకునిచే త్రోసివుచ్చబడిన ప్రవృత్తులు క్రిందికి అవచేతనలోనికి దిగజారుటో లేక వెలికి పరిసరచేతనలోనికి నిర్గమించుటో జరుగుతూ వుంటుంది. ఈరెండు స్థానములనుండియూ అసురశక్తులచేత నెట్టబడినప్పుడు అవి మరల సాధకునిలోని! ప్రవేశింపజూస్తూ వుంటాయి. అసురశక్తులు తమ అధిపత్య స్థాపనకై ప్రయత్నించే మార్గములీ రెండే.

పరిసరచేతననుండియే ప్రబలమైనదాడులు

అవచేతననుండి పైకి పొటమరించే ప్రవృత్తులు దీర్ఘకాలం విడువకుండా తలయెత్తుతూ వుంటాయనేదితప్ప ఏమంత పెద్దదిగా బాధించేవికావు. స్వప్నంలోనూ. జాగ్రత్తులోనైనా చెదురుమదురుగానూ వాటినడక కాన వస్తుంది. పరిసరచేతనలోనుండి లోపలికి ప్రవేశించే ప్రవృత్తులే బలవత్తర మైన దాడులుగా పరిణమిస్తూ వుంటాయి.

దాడులకుముందు బలంచేకూర్చేవైఖరి

సాధన సరిగా సాగడంలేదనీ, స్తంభించిపోయినదనీ, అవాంఛితవృత్తులింకా తలయెత్తుతూనే వున్నాయనీ, తలపోసుకుంటూ కంగారుపడడం అసుర శక్తులదాడులకు మరింతబలం చేకూరుస్తుంది. సాధన స్తంభించినట్లు పైకి కనిపించడం వినూత్న పురోగతికి పూర్వసన్నాహం కావచ్చును. సాధనలో అట్టివి తరచుగా సంభవిస్తూ వుంటాయి.

లోగడసాధించిన అభివృద్ధిని విడవాడకు

అసురశక్తులెంతగా దాడిచేస్తూవున్నా జాగరూకుడవై వుండి సాధనలోలోగడ సాధించిన అభివృద్ధిని దృఢంగా చిక్కబట్టుకొని వుండడానికి ప్రయత్నించు పైనుంచి ఆధ్యాత్మికశాంతి నీలోనికి అవతరించి నీచేతన సువిశాలంగా వికసించేసమయం వచ్చితీరుతుంది, అంతవరకూ యీ దాడులకు లెక్క చేయక చలించకుండా వుండడం నేర్చుకో.

కామక్రోధములయెడ బాహ్యచేతనలో మొగ్గు

అవచేతననుండిగాని, పరిసరచేతననుండిగాని, జరిగే దాడులకు నీ బాహ్య చేతన ఒకవేళ పూర్వాభ్యాసవశమున ప్రతిస్పందించితే, అంతమాత్రమున నీబాహ్యచేతన వీటిని కోరుతూవున్నట్లు భావించవక్కరలేదు. అట్లుగాక, కామక్రోధములయెడమొగ్గు నీబాహ్యచేతనకింకనూ సహజంగావుండే పరిస్థితియందు ఆమాలిన్యములతో నిత్యమూ నీకు పోరాటం సాగుతూవుండక తప్పదు.

పూర్ణవిశుద్ధి-ఈశ్వరసాక్షాత్కారము

ఎట్టిదాడులకూ అవకాశంలేనివిధంగా పూర్ణవిశుద్ధి సాధించగలిగేపర్యంతమూ ఈశ్వరసాక్షాత్కారం పొందడానికి వీలుండదనేయెడల, అట్టి సాక్షాత్కారం పొందగలవారెవ్వరూ ఎప్పటికీ ఉండనేవుండరు. సాక్షాత్కారమొకవైపు క్రమంగా విస్తరిల్లుతూ వున్నప్పుడే పూర్ణవిశుద్ధిపూర్వమైన మూలపరివర్తనం సాధ్యమవుతుంది.

హఠాత్తుగా పెల్లుబికే అపశ్రప్రవృత్తి

నీయందలి చైతన్యశక్తి ఏకొంచెమో దిగజారియున్నప్పుడో, లేక ఏభావనందో మొక్కవోయియున్నప్పుడో,సమయంకోసం కాచుకొనివుండి అసురశక్తి నీకు కానరాకుండా నీలో దాగివున్న ఏబలహీనతమీదనో తనప్రాబల్యమునంతా చూపేసరికి ఆకస్మికంగా, అనుకోకుండా ఒక అపశ్రప్రవృత్తి నీలోనుంచి చెంగున పైకి దూకవచ్చు. కావున, కనుగలిగివుండి అట్టిది పునరావృత్తంకాకుండా జాగ్రత్తపడు.

వాతావరణంలోనుంచి లంఘించేవృత్తులు

మందకొడితనము, నిరాశా, నిస్ప్రృహలు మొదలగునవి వాతావరణంలో నడయాడుతూ నీకు తెలియకుండానే ఆకస్మికంగా నీపైకి లంఘించడం కద్దు. సరిగా యివి ఏతావునుంచి వస్తాయో కనిపెట్టడం కష్టం. వాటి నాహ్వానించే లక్షణమేదో మనలో లేకపోయినాకూడా యిది యిలా జరగ వచ్చు. శరీరంపైన ఏదైనాపడితే దులిపివేసుకొన్నట్లు వీటిని దులిపివేసు కోడమే ఇప్పట్టున చేయవలసినపని.

బయటి స్పందనలకు ప్రతిస్పందనలు

కోశపరివర్తనం సిద్ధించనంతవరకు బయటిస్పందనలకు ప్రతిస్పందించే లక్షణం నీలో పొడసూపుతూనే వుండవచ్చు. పరివర్తనం సిద్ధించినప్పు డది మనకు పూర్తిగా పరాయివి అయిపోతాయిగనుక ఈ ప్రతిస్పందన ముండదు. అంతవరకూ జాగరూకతగలిగి దృఢసంకల్పంతో వాటినెదు ర్కొంటూ వుండడమే కర్తవ్యం. దాడిచేసేశక్తుల శోభనను ఈ ప్రతి స్పందనలు జాగుచేయడమేతప్ప క్రొత్తచిక్కులను తెచ్చిపెట్ట జాలవు.

ప్రతిస్పందనలలోనుంచి బయటపడే ఉపాయం

బయటిస్పందనలకు ప్రతిస్పందించే లక్షణం ప్రతివానిలోనూ ఉండేదే. అలవాటురూపమైన యీ గాడిలోంచి తప్పించుకొని బయటపడేందుకు తీవ్రాఘాతములు సంప్రాప్తం కావక్కరలేదు. చేతనకు ఒకానొక విస్తృతిని, ఔన్నత్యాన్ని సంతరించుకొవడంద్వారా సాధకుడు దానిలోనుండి బయటపడవచ్చును.

అసురశక్తులగురించిన ఆందోళన తగదు

అసురశక్తులనుగురించిన ఆందోళన నీవెంతమాత్రమూ పెట్టుకోవద్దు. ఈశ్వరోపలబ్ధికొరకు అంతశ్శుద్ధిపూర్వకమైన ఆకాంక్షతో ఈశ్వరసహాయమునే ప్రతివిషయములోనూ, ప్రతిక్షణంలోకూడా ఆహ్వానించడం నేర్చుకో. ఈశ్వరుని చేరుటకదియే సులభమార్గం. అసురశక్తులను గురించిన ఆందోళన నీ ప్రయాణమును మరింతచిక్కులపాలు చేస్తుంది.

అనాసక్తి, ఉపేక్ష అవలంబనీయములు

అసురశక్తులుచేసే సూచనలపట్ల ఆసక్తిచూపక ఉపేక్షవహించడం నేర్చుకో. అట్టి నేర్పు నీకు అలవడినప్పుడే అసురశక్తులతో నిత్యసంఘర్షణ అనేది నీకు తప్పుతుంది. అసురశక్తులతో నిత్యఘర్షణపెట్టుకోడం కూడ ఒకవిధమైన ఆసక్తిలక్షణమే. నీ అనాసక్తి, ఉపేక్ష ఈసూచనలకెంతేని నిరుత్సాహజనకమై పరిణమిస్తాయి.

అసురశక్తులగురించిన అమితాలోచన

అసురశక్తులనుగురించి అమితంగా ఆలోచించడంకూడా అసురశక్తుల వాతావరణను కల్పించడమే అవుతుంది. అవి తారసిల్లినప్పుడు వాటిని గురించే విశేషంగా ఆలోచిస్తూ, భయపడుతూ, వాటికొరకు ఎదురుచూస్తూ వుండడమనేది శ్రేయస్కరమైన పద్ధతికాదు.

దయారూపమైన దౌర్బల్యం ప్రమాదకరం

ప్రాణమయభూమికలోని శక్తులచే ఆవహించబడివవారిపట్ల సానుభూతికీ, దయారూపమైన దౌర్బల్యభావానికీ అవకాశమివ్వడంకూడా ప్రమాదకరమే. ఏలనంటే అట్లుచేయుటవలన అవి ఏదోఒకరూపమున మనపైగూడ దాడి చేయవచ్చు. ఏదౌర్బల్యానికీ లోనుగాకుండ చేయదగినదేదో చెయ్యడమే కర్తవ్యం.

ఆకస్మిక ప్రమాదములు

కేవలమూ ఆకస్మికముగా ప్రమాదములు వాటిల్లుట అనునది వుండదు. మూలచేతనయందే కొంచెముగనో మైమరపు ఏర్పడగా ప్రాణమయస్థూల భూమికలలోని క్షుద్రజీవులు వానినవకాశంగా తీసుకొని ఈప్రమాదములను కల్పిస్తూ వుంటాయి. విరోధముకంటె చిలిపితనం ఈజీవులకు ముఖ్య లక్షణం.

కలవరపాటు కూడదు

విన్ను కలవరపరచేటందుకే ఆకస్మికప్రమాదములు సంభవిస్తూ వుంటాయి. వాటికి నీవెంతమాత్రమూ కలవరపడగూడదు. శాంతియనునది సాధనకు పునాదియనీ, అది సుస్థిరంగా ఏర్పడితే దానిననుసరించి తక్కినవెల్ల ఒన గూడుతాయనీ అహితశక్తులకు తెలుసు. కనుకనే ఏవిధానమైనా శాంతికి భంగం చెయ్యాలని వాటిప్రయత్నం.

అవచేతన వినియోగం

అహితశక్తులు అవచేతనద్వారా ఈ ఆకస్మికప్రమాదములను సంఘటింప చేస్తూ వుంటాయి. పై నుండిదిగివచ్చినశక్తి అవచేతనలో ఉన్నట్లయితే అది మీదికివస్తూవున్న సైకిలును ప్రక్కకుమళ్ళించగలుగుతుంది. అట్లుగాక ఒకవిధమైన సహజస్ఫూర్తి దానికివున్నా సైకిల్లుచేయబోయేదిముందు పసికట్టి తప్పించుకోడానికి ఏమిచేయవలెనో అదీ చేస్తుంది. ఏదిఎట్లున్నను దైవరక్షణ కృప వుంటే ఘోరప్రమాదాలుసైతం అల్పప్రమాదములుగ పరిణమిస్తూ వుంటాయి.

ఆదేచోట ఇతరప్రమాదాలు

ఒకప్రదేశంలో ఒక ఆకస్మికప్రమాదం సంభవించినప్పుడు, కొంతకాలం వరకూ అదేచోట ఇతరప్రమాదములు సంభవించగల లక్షణంకూడా వుంటుంది. ఇదేరీతిగా ఒక్కొక్కచోట ఆత్మహత్యలుచేసుకొనే లక్షణం కూడా ఏర్పడవచ్చు. భూతములప్రసక్తి వున్నాలేకపోయినాకూడా ఇట్టి లక్షణాలు ఏర్పడుటకు అవకాశమున్నది.

పిచ్చికి దారితీసే పరిస్థితి

ఏ సాధకునికైనా పిచ్చిఎక్కితే అది ఈశ్వరశక్తివలనను ఈశ్వరసాయుజ్యమునకై అతడు పొందిన తహతహమూలముననను సంభవించినదనుకోడానికి ఎంతమాత్రమూ వీలులేదు. తమకు ఏవేవో ఉపలబ్ధులుకలిగినటు చెప్పుకొంటూ జనులు వ్యవహరించే తీరునుబట్టి ఇట్టి దుష్పరిణామాలేర్పడుతూ వుంటాయి.

మూడు ప్రబలకారణాలు

కామసంబంధమైన విపరీతప్రవృత్తులు. విపరీతమైన గర్వాలు, దురాకాంక్ష, స్థాయితప్పిన దుర్బలనాడీమండలము, ఈ మూడింటిలో ఏఒకటిగాని.రెండుగానీ,లేక మూడుగాని ప్రబలం కావడం తటస్థించినప్పుదే ఉన్మాదంవంటిది సంభవించి సాధన కుప్పకూలిపోవడం జరుగుతూ వుంటుంది, ముఖ్యముగా మొదటి రెండుకారణాలు కడు బలవత్తరములు.

వికారం, నరాలదౌర్బల్యాం

ఈశ్వరానుగ్రహం మనలోకి దిగివచ్చేటప్పుడు వికారము, నరాలబలహీనత మొదలైనవాటిని కలిగిస్తుందనుకోడం అర్థంలేనిమాట. విశేషంగా శ్రమ చేసి క్రిందికాకర్షించడంవలన తలనొప్పివంటిది రావచ్చు. అమితంగా శక్తిని క్రిందికి లాగినప్పుడు తలత్రిప్పు కలుగవచ్చు. అట్టిసందర్భంలో విశ్చలతనూ ప్రశాంతినీ ఉపాసిస్తేచాలు. తిరిగి అంతా దానంతటదే చక్కబడి పోతుంది.

పిచ్చికలుజేసేది దైవశక్తిగాదు

ఆనువంశికంగా సంక్రమించినట్టిగాని, నవాయివంటి ఏగూఢవ్యాధివలననో ఏర్పడినట్టిగాని ఒకానొకశారీరకలక్షణం అమితమైన రోగభయము, వ్యసనశీలము, తాను చాల గొప్పవాడననే గర్వము మొదలైనవాటితో మిశ్రితమైనప్పుడు జనులు పిచ్చివాళ్ళుకావడం జరుగుతూ వుంటుందేగాని దైవశక్తిమూలమున కాదు.

ఏఇతరశక్తియో ఉన్మాదం కల్పించవచ్చు

దైవశక్తి అవతరణ వలన రుద్రవాతం మొదలైన వ్యాధులు రావడానికి ఎలావీలులేదో అలాగే వున్మాదం రావడానికికూడా వీలులేదు. దైవశక్తి గాక ఏయితరశక్తియో దాడిచేసి ఉన్మాదపరిస్థితిని కల్పించడం జరగవచ్చు. శరీరంలో తదనుకూల లక్షణ మొకటి లేకపోతే ఏదాడులవలనను ఉన్మాద పరిస్థితి ఏర్పడనేరదు.

కొంత అవ్యవస్థితిఏర్పడే సందర్భం

శాంతివిశుద్ధతలు మనప్రకృతిలో నెలకొనక పూర్వమే అత్యంతప్రబలానందమును లోనికి అవతరించనిచ్చినప్పుడు అది మనలో కొంత అవ్యవస్థితిని కల్పించుటకవకాశమున్నమాట నిజమే. కాని దానిఫలితముగా సాధకునికి పిచ్చిఎక్కినసందర్భం నాకెక్కడా కానరాలేదు.

ఆనందావతరణ పద్ధతి

శాంతివిశుద్ధతలు మనప్రకృతిలో నెలకొననంతవరకూ దివ్యానందం మన లోనికి సాధారణంగా (అనగా బలవంతాన క్రిందికిలాగబడని సామాన్య పరిస్థితియందు) కడునకృత్తుగామాత్రమే క్రిందికి అవతరిస్తూ వుంటుందనే మాట యథార్థం. అదియే బహుశః సక్రమమైన పద్ధతి.

అపసంసర్గ ఫలితం

సత్యస్పర్శనుకోల్పోయి అపసంసర్గకు లోనయినందువలన సాధకులు పిచ్చి వాళ్ళు కావడం సంభవిస్తుంది. ఏదోమాలిన్యముతోనూ, అనాధ్యాత్మిక వాంఛతోనూ, సాధనలోనికి ప్రవేశించడంవలనను, అంతఃశుద్ధిలేని అహంకారికమైన అసద్వైఖరివలనను, మెదడునందుగాని నాడీమండలమునందుగాని ఆహూతశక్తిని భరింపజాలని దౌర్బల్యంవలనను యిట్టిది సంప్రాప్తమవుతూ వుంటుంది.

క్షేమకరమైన పద్ధతి

సాధన పెడతిరిగేటప్పుడు యోగమార్గమున నిష్ణాతుడైనవాని సలహాను సరించడం అన్నివిధాల క్షేమకరం. సంపూర్ణమైనశ్రద్ధ యిందుకు తోడు కావలసి వుంటుంది. తన సొంతభావాలను, వూహలను యిందులో జోక్యంకల్పించుకోనివ్వరాదు. ఆసలహాయిచ్చునతడు అనుభవశూన్యుడు, వంచకుడు కారాదన్నది వేరుగ చెప్పవలసినపనిలేదు.

ఉన్మాదం ఆవేశలక్షణం

ఉన్మాదమెలప్పుడూ ఆవేశలక్షణాన్ని సూచిస్తుంది. ఆనువంశికపరిస్థితులు దానికి ఆనుకూల్యమును కల్పిస్తాయి. ప్రవేశించుటకు తలుపులు తెరువబడితేతప్ప ప్రాణమయ భూమికలోని ఏశక్తీ, ఏభూతమూ దాడిచేయడముగాని, ఆవేశించడముగాని సంభవించనేరదు. ప్రాణకోశములోని అభిముఖ్యము, శరీరమునందలి ఒకానొకలోపము ఈ ప్రవేశద్వారములు కావచ్చు.

మూర్ఛ-హిస్టీరియా

మూర్ఛ ఆవేశలక్షణం కాకపోయినా ప్రాణమయలోకపు శక్తుల దాడి లక్షణమే. దాడిచేసేశక్తి మనోమయ, ప్రాణమయ కోశములను కలతపెట్టజాలక భౌతికశరీరంలోని ఒకానొక దౌర్బల్యమును అవకాశంగా తీసుకొని భౌతికశరీరంపై విరుచుకొనిపడుతుంది. హిస్టీరియా ప్రాణమయలోకం నుండి కలిగిన ఒత్తిడి ఫలితమే. తాత్కాలికమైన ఆవేశలక్షణంకూడ కావచ్చు.

మానవవ్యవస్థకంటె భిన్నమైనవ్యవస్థ

ప్రాణమయలోకంలోని జీవులు మానవులనావేశిస్తూ వుండడానికికారణం బాధను, అవ్యవస్థితిని కల్పించడంలో సహజంగా వాటికుండే ఆనందమే. మానవవ్యవస్థకంటె భిన్నమైనవ్యవస్థ వాటిది. జన్మయెత్తి చైత్యపురుష వికాసంద్వారా ఈశ్వరాభిముఖముగ పరిణతిచెందవలసిన బాధ్యతలేకుండ భౌతికప్రపంచమును చవిచూడవలెనన్న కోరికకూడా వాటినిట్లు ప్రేరేపిస్తూ వుంటుంది.

విధి-స్వతంత్రేచ్ఛ-యోగశక్తులు

విధి—స్వతంత్రేచ్ఛ

జీవితంలో స్వతంత్రేచ్ఛఅనునది వున్నదా? లేక సకలమూ విధినిర్ణీత మేనా? అనునది దార్శనికసమస్యలన్నిటిలోకి మిక్కిలి జటిలమైన సమస్య. ఎవ్వరూ దీనినింతవరకు విడదీసియుండలేదు. కారణం, జీవితంలో విధి, స్వతంత్రేచ్ఛ రెండూ వున్నాయి. స్వతంత్రేచ్ఛను ఎలా సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నదే ఇక్కడ వుండేచిక్కు.

షిరోజోస్యాలు

షిరో చెప్పిన జోస్యాలుకొన్ని అద్భుతంగా ఫలించినమాట నిజమే. కాని ఫలించని జోస్యాలమాటేమిటి? ఫలించినవాటికంటె ఫలించనివే లెక్కకుమిక్కిలిగా ఉన్నాయి. కనుక ఎంత 'తు' 'చ' తప్పకుండ ఫలించిన వైనప్పటికీ ఏకొన్ని జోస్యాలను పురస్కరించుకొని సర్వమూ, ప్రతి అల్పాంశమూకూడ పూర్వమే నిర్ణీతమైపోయినదనడానికి వీలులేదు.

విధిని మార్చగల సందర్భాలు కలవా?

జీవితసంఘటనలలో ముఖ్యాంశములతోపాటు వివరములతోసహా ఠంచనుగా జోస్యం చెప్పడానికి వీలైనభాగం కొంతఉన్నదనేది సుస్పష్టం. కాని అంతమాత్రాన జీవితమంతా అలా జోస్యంచెప్పదగినదేయనుటకు వీలు

లేదు. విధివిమార్చగల ఇతరసందర్భాలేమైనా కలవా? లేక విధియందు అంతస్థులభేదముండి ఒకఅంతస్థులోని విధి వేరొక అంతస్థులోని విధిని మార్చగలుగుతుందా, మొదలైన ప్రశ్నలకు తావు ఉండనే వున్నది.

నక్షత్రాలు మనవిధికి ఏడుగడలనరాదు

జ్యోతిషశాస్త్రానుసారంగా చెప్పినవ్యాఖ్యానాలనేకం మొత్తంమీదచూస్తే విజయమవుతూవుండేమాట వాస్తవమే. కాని అంతమాత్రాన నక్షత్రాలు మనవిధికి ఏడుగడలనరాదు. అదివరకే నిర్ణీతమైయున్న విధికి నక్షత్రాలు సూచకములు మాత్రమే. అవి ఒకవిధమగు సాంకేతికలిపిని పోలినవి యగునేకాని స్వతంత్రశక్తి సమన్వితములు కానేరవు.

దైవం, పురుషకారం

దైవం, పురుషకారం అనేరెండుశక్తులు ఉన్నవనీ, పురుషకారం విధిని మార్చగలదనీ, తలక్రిందులుకూడా చేయగలదనీ జ్యోతిశ్శాస్త్రజ్ఞులు పైతం చెపుతూనే వుంటారు. అంతేకాక, విధిప్రకారంజరిగేవి అనేకరీతులుగా వుండవచ్చునని నక్షత్రాలు సూచించడంకద్దు. ఉదాహరణకు, ఒకడు నడివయస్సులో చనిపోవచ్చుననీ, అది దాటగలిగినచో వృద్ధాప్యములో వలాని వయస్సువరకూ జీవించవచ్చుననీ చెప్పడంవున్నది.

ఒకవయస్సువరకూ సరిపోయేజాతకాలు

జాతకఫలితాలు ఒకవయస్సువరకూ 'తు' 'చ' తప్పకుండ పూర్తిగా సరిపోతూ ఆపైన బొత్తుగా సరిపోనిసందర్భాలు కొన్నికానవస్తూ వుంటాయి. ముఖ్యంగా జాతకుడు సామాన్యజీవితంనుండి ఆధ్యాత్మికజీవితములోనికి మళ్ళినప్పుడు ఇట్టిది తరచుగా సంభవిస్తూంటుంది. ఈ పరివర్తనమాత్యం తీక్షమైనప్పుడు జీవితం జాతకమునుండి వెంటనే పూర్తిగా భేదించిపోవడం కద్దు.

ఆధ్యాత్మికపరివర్తనపు ప్రభావలక్షణం

జాతకునిలో ఆత్యంతికమైన ఆధ్యాత్మికపరివర్తనం కలిగినప్పుడు అతని జీవితం జాతకంనుంచి వెంటనే పూర్తిగా భేదించక మరికొంతకాలంవరకూ కూడా కొన్నిజాతకఫలితాలు జీవితంలో కనిపిస్తూ వుండవచ్చు. కాని, యిట్టి సందర్భాలలో ఈ ఫలితాలు వెనుకటిమాదిరిగా కచ్చితంగా సంభవిస్తాయనుకోవడానికి వీలులేదు.

భారతీయ కర్మసిద్ధాంతం

విధికి కర్మకారణమని భారతీయ సిద్ధాంతం. మనకర్మలద్వారా మనవిధికి మనమేకర్తలం. కాని మనం సృష్టించినవిధే మనలను బంధిస్తుంది. ఏల వంటే మనం విత్తినదానిఫలితాన్ని మనం యీజన్మలోనో, మరొకజన్మ లోనో అనుభవించక తప్పదు. కాని అట్లుపూర్వకర్మ ఫలితమైన విధిని యిప్పుడు అనుభవిస్తూనే భవిష్యత్తులో అనుభవించవలసినవిధిని క్రొత్తగా నిర్మించుకొంటూ వుంటాము.

స్వతంత్రేచ్ఛకుతావు

పూర్వకర్మఫలితమనుభవిస్తూనే భవిష్యత్తులో అనుభవించుటకు క్రొత్తవిధిని సృష్టించుకొంటామని మనభారతీయకర్మ సిద్ధాంతం చెపుతున్నందువల్ల మన స్వతంత్రేచ్ఛకూ కర్మకూ యిచట తావుయేర్పడుతున్నది. ఐరోపేయ విమర్శకులు అపోహపడి భావిస్తున్నట్లుగా భారతీయకర్మసిద్ధాంతం తిరుగు లేని శుష్కవిధిప్రాబల్యమును ఉద్ఘాటించునదికాదు.

ఉత్కటకర్మ ప్రాబల్యం

ఇప్పటిమనయిచ్ఛ, మనకర్మ, పూర్వకర్మనుసైతం తరచుగా మార్చివేయ డానికీ, రద్దుచేయడానికీ అవకాశమున్నది. కొన్నిఉత్కటకర్మ ఫలితములను మాత్రం ఆవిధంగా మార్చడానికి అవకాశముండదు. కాని, యిచ్చట కూడా కర్మను రద్దుచేయగలశక్తిని, ఆధ్యాత్మికచైతన్యం ప్రకటితమొనర్చే అవకాశంలేకపోలేదు.

పూర్వవిధినిమార్చి క్రొత్తవిధి

ఆధ్యాత్మిక జీవితమందు మనం ఈశ్వరేచ్ఛతో ఏకత్వమును పొందుట సంభవించినపుడు కొన్నిపరిస్థితులలో తానంతకుపూర్వం నిర్దేశించినవిధిని మార్చి క్రొత్తవిధిని రూపొందించగలశక్తి ఆ ఈశ్వరేచ్ఛకుంటుంది. జ్యోతిషంగాని, కర్మసిద్ధాంతంగాని ఎన్నటికీ మార్పులేని విధివిధానమును ప్రతిపాదించునవికావు.

ప్రవక్తల సూచనలు

తప్పిపోనివిధంగా భవిష్యత్సంఘటనలను సూచింపజాలిన ఏప్రవక్తా నాకు కానరాలేదు. ప్రవక్తల సూచనలు కొన్ని తు, చ, తప్పకుండ నెరవేరగా కొన్ని కొంచెముగానో పూర్తిగానో తప్పిపోతూవచ్చినవి. అయితే యింతమాత్రాన భవిష్యత్తుచెప్పగలశక్తి అయదార్థమనిగాని, తప్పిపోకుండా పూర్తిగా నెరవేరినభవిష్యత్సూచనలుసైతం కాకతాళీయముగ నెరవేరినా యనిగాని భావించరాదు.

తప్పిపోవుటకు కారణాలు

ప్రవక్తలుచెప్పినవి తప్పిపోతూవుండడానికి అనేకకారణాలుండవచ్చు. ప్రవక్తయందలి శక్తి సర్వదా జాగృతమైవుండకపోవచ్చు. భవిష్యద్విషయములను కొంతవరకు మాత్రమే సూచించుటకు పీలుండుటవలనకావచ్చు. లేకభవిష్యత్సంఘటనలు అనేకసన్నివేశములపై ఆధారపడివుండి ఒక సన్నివేశాన్ని పురస్కరించుకొని చెప్పినది సన్నివేశంమార్పువలన తప్పి పోవడం జరగవచ్చు.

ఈశ్వరచైతన్యపు సర్వజ్ఞత

భవిష్యద్విషయములను ముందుగా తెలుసుకుని చెప్పడానికి వీలంటూఉండే పక్షంలో సమస్తమునూ ఆవిధంగా మనకు దర్శింపజేయగల ఒకానొక శక్తియో, భూమికయో ఉండడమనేది అత్యంతావశ్యకం. సర్వజ్ఞము, సర్వశక్తమునైన ఈశ్వరచైతన్యం అట్టిదే. కాని, అచటదర్శించబడినది వివిధశక్తులచలనముద్వారా కార్యరూపందాల్చవలసి ఉంటుందనేది మరువ రాదు.

పురుషకారరూపశక్తి ఖేలన

సర్వజ్ఞమైన ఈశ్వరచైతన్యమందు ముందుగా దర్శించబడినవది ఆధ్యాత్మిక, మానసిక, ప్రాణిక, భౌతికశక్తుల ఖేలనముద్వారమున కార్యరూపము ధరింపజేయబడుచున్నది. ఆశక్తులయొక్క భూమికయందు మార్పునకు క్రొత్తగా అవకాశమివ్వని కఠిన చక్రమేదియు కానరాదు. పురుషకార మనునది ఈశక్తిఖేలనములలో నొకటి.

నెపోలియన్ చెప్పినసమాధానం

విధియందు విశ్వాసంకలిగి వుంటూనే నిరంతరమూ వ్యూహములుపన్నుతూ కార్యదీక్షితుడవైయుందువేమని నెపోలియన్‌ను ప్రశ్నింపగా "వ్యూహములుపన్నుతూ కార్యదీక్షతుడనగుటయే నాకేర్పడిన విధి"యని యతడు సమాధానమిచ్చినాడు. అనగా వ్యూహములుపన్నుట, కార్యదీక్షితుడగు అతని విధిలో భాగమై విధినిర్దిష్టఫలితములకు దోహదముచేసినవి.

ప్రతికూలవిధియందు మనకర్తవ్యం

వ్యతిరేకఫలితం కలుగబోతున్నదని ముందుగా నాకుబోధగట్టినప్పటికీ నేను కృషిచేయవలసినది నాచే ఆశించబడిన ఫలితంకోసమే. అట్లుచేయుట వలన నాలక్ష్యసాధనకు సంబంధించిన శక్తినది సచేతనంగా నిలిపివుంచుతుంది. ప్రస్తుతతరుణపువిధి ప్రతికూలమైనా, భావికాలపు అనుకూలవిధిని సాధించుటలో భాగస్వామినియై ఆ శక్తి కాలాంతరమున విజయంపొందవచ్చు.

జీవితప్రముఖ్యలక్ష్యం ఆత్మవికాసం

తాములక్షించిన సదుద్యమం విఫలమైనా లేక విఫలంకానున్నట్లు ముందుగా తెలుసుకోగలిగినా పురుషులెవ్వరూ తమప్రయత్నమును విడనాడనొల్లరు. అట్టిపట్టుదలను తాముచూపడం ఆధ్యాత్మికంగా ఎంతైనా సమంజసం. మనం జీవించేది కేవలం బాహ్యఫలితాలకోసంకాదు. జీవితప్రధానలక్ష్యం ఆత్మవికాసం. ప్రతికూలమైన భౌతికవిధినెదుర్కొనికూడా ఆత్మవికాసం చెందగలరు.

జీవితం అర్థరహితం కానేరదు

సమస్తమూ ముందుగానే విధినిర్ణీతమై యున్నప్పటికీ జీవితమును మనం అర్థరహితమైనదిగ భావించవలసినవనిలేదు. జీవితమొక కాకతాళీయ సంఘటనవంటిదైనప్పుడే అర్థరహితమని చెప్పదగివుంటుంది. అట్లుగాక ముందుగానే ప్రతివిషయమూ దర్శితమై, నిర్ణీతమైవున్నప్పుడు అందొక నిగూఢార్థమేదో ఇమిడియున్నదని స్పష్టంకావడంలేదా?

జీవితనిగూఢలక్ష్యం

నిగూఢమగు మహాప్రయోజనమొకటి ఈజీవితగతికి మూలమైయున్నది. యుగయుగాలుగా ఆమహాప్రయత్నం నిర్విరామంగా అత్యంతశక్తిమంతంగా కొనసాగుతూ వున్నది. అప్రతిహతమైన ఆమహాలక్ష్యసాధనలో మనము భాగస్వాములం.

పరమోదాత్తమైన ఆనందమిచ్చే భావన

కర్మచేతనో, గ్రహాలచేతనో మనం నడపబడుతున్నామనిగాక పరమేశ్వరునిచే నడపబడుతున్నామనిఅనుకోవడంతో పరమోదాత్తమైనఆనందమున్నది. కర్మ, గ్రహచారం అనుకునేది సుఖంలేని వట్టి శుష్క-వ్యవహారం. యంత్రముపైని త్రిప్పబడడం వంటిది. (యంత్రాధిష్ఠాని మాయయా)

అదృశ్యశక్తుల ఖేలన

ప్రతిదీ పూర్వమే విధినిర్ణీతమైవున్నదని నేనుచెప్పడంలేదు. శక్తుల ఖేలనమని నేనుచెప్పినది అట్టిఅర్థమునివ్వదు. ప్రపంచములో జరిగే బాహ్యసంఘటనలవెనుక మానవుల బాహ్యదృష్టికి గోచరంకాని అదృశ్యశక్తుల ఖేలనం నిత్యమూ కొనసాగుతున్నదనీ, యోగంవలన ఆశక్తుల నెరిగి వాటిఖేలనంలో జోక్యంకల్పించుకొని కొంతవరకు ఫలితమునుమార్చ వచ్చుననీ మాత్రమే నేననేది.

యోగిచేయగలపని

యోగసాధనలో అంతర్ముఖులమై విశ్వాత్మతోడను, విశ్వశక్తులతోడను మనము సంబంధం ఏర్పరచుకోగలిగినప్పుడు ఏవిషయములు ఎట్లు పరిణమిస్తున్నవో కనిపెట్టుతూ అవసరమునుబట్టి సాధ్యమైనప్పుడెల్ల ఒక్కొకచోట ఒక్కొకత్రోవను మనముకూడా యివ్వడానికి వీలు ఏర్పడుతూ వుంటుంది.

రామన్ మహాశయునిసూక్తి

వైజ్ఞానికరంగంలో కనుగొనబడిన మహాద్భుత విషయములన్నీ యాదృచ్ఛికంగా సంఘటిల్లిన లీలావిశేషములేయని మహావైజ్ఞానికుడు సర్. సి. వి. రామన్ ఒకప్పుడు వక్కాణించినది నేనుచెప్పే అదృశ్యశక్తుల ఖేలనకు విరుద్ధమైనదేమీకాదు. యాదృచ్ఛికసంఘటనలుగా పేర్కొనడంలో ఆయన అభిప్రాయం అవి ఎట్లుసంఘటిల్లినవో మానవులకు తెలియదని మాత్రమే.

అది అద్భుతలీలా విశేషం

ప్రపంచమును నడుపుతూవున్నది పూర్తిగా పూర్వనిర్ణీతమేయైన కఠిన విధివిధానముకాదు. అట్లని అది జడమూ, అంధప్రాయమూనైన యాదృచ్ఛికఘటనావిశేషమూకాదు. కాలగతిలో వివిధసంభావ్యములను సాధించునిమిత్తముగా కొనసాగుతూవున్న అద్భుతలీలా విశేషమది.

మూలసత్వపు పార్శ్వద్వయం

విధి, స్వతంత్రేచ్ఛ. ఈరెండూ ఒకే మూలసత్యముయొక్క రెండు పార్శ్వములు. సమష్టివిశ్వాన్వయంనిర్ణయము, దానిలో అంతర్భాగముగా వ్యష్ట్యాత్మాన్వయంనిర్ణయము, ఇదియే మూలసత్యం. అజ్ఞానకలితమైన బాహ్యమనస్సులో నివసిస్తూ దృశ్యప్రకృతిమాటున ఏమిపనిచేస్తున్నదో తెలియలేని కారణంచేత మనం తికమకపడుతూ వుంటాం.

ప్రకృతి విధివిలాసం

దృశ్యప్రకృతివిధానంలో మనకు స్థూలదృష్టికి కానవచ్చేది బలీయమైన ప్రకృతివిధివిలాసమే. మనబాహ్యచేతన దీనిలో అంతర్భాగమేకావడంచేత మూలసత్యపు అవ్వలిపార్శ్వమును మనము చూడలేకపోతున్నాం. జడద్రవ్యమును బాహ్యతలమున పాలించునది పూర్తిగా ప్రకృతి విధియేయని చెప్పుకోవచ్చు. కాని, విజ్ఞానశాస్త్రపు సరిక్రొత్తధోరణి దీనినిపైతం శంకిస్తూవున్నది.

మానవుని 'స్వతంత్రేచ్ఛ'

జగత్తులో జడద్రవ్యములను పూర్తిగా పాలిస్తున్నట్లు గోచరించేప్రకృతి విధి నియమకాఠిన్యం ప్రాణిజాతం విషయమున కొంతసడలి మానవుని విషయంలో మరింతసడలగా, తనకొక స్వతంత్రేచ్ఛవున్నట్లు, తనయిచ్ఛ వచ్చినపని తానుచేయవచ్చునన్నట్లూ అతడు అనుకోడం జరుగుతున్నది. కాని, యీ స్వాతంత్ర్యం భ్రమయేననీ, విధియంత్రంలో అంతర్భాగంగా ప్రకృతిచేసిన కల్పనయనీ నిశ్చయించుట కవకాశంకలదు.

మానవుని స్వాతంత్ర్యవ్యాప్తి

మానవుడు ప్రకృతినుండి వేరుపడి పురుషుని చిక్కబట్టుకొని, అటులనే ఊర్ధ్వగతిలో మనస్సునకవ్వలిదైన పరమాత్మను చేరుకొనగలిగినప్పుడే స్వాతంత్ర్యమనునది అతనికి నిజంగా ద్యోతకమవుతుంది. పిమ్మట అతడు ప్రకృతికతీతమై వెలయు దివ్యేచ్ఛతో ఏకత్వమును పొందనేర్చి నప్పుడే అతని స్వాతంత్ర్యం సంపూర్ణమై భాసించగలదు.

ప్రాప్త విషయముల ఎన్నిక

జీవితంలో మనకు పలురకములైన విషయములు ప్రాప్తమవుతూ వుంటాయి. ప్రతిదీ భగవద్దత్తమేయనేభావంతో ప్రతిదానినీ స్వీకరించడం మంచిదికాదు. స్వీకరించదగినదానినే స్వీకరించి ఇతరమును త్రోసిపుచ్చాలి. స్వీకరించదగనిదాని ఎన్నిక దుష్ఫలితాల నిస్తుంది.

బాహ్యసత్తకు మాత్రమే విధివర్తిస్తుంది

విధియనునది అజ్ఞానంలో నివసిస్తూవున్నంతకాలం బాహ్యసత్తకుమాత్రమే వర్తిస్తుంది. బాహ్యసత్త వర్తమానస్థితి, గతంలోదానిచే సంచితమై యుండిన శక్తులు, ఇవి ఒండొంటిని ప్రభావితంచేసుకుంటూ వర్తమాన ప్రయత్నములను, భావిఫలితములను నిర్ణయించు సందర్భపర్యవసానమునే మనము విధి యని పేర్కొంటున్నాము. కాని, ఆధ్యాత్మిక జీవనపథంలో ప్రవేశించినప్పుడు ఈపూర్వవిధియనునది క్రమముగా వెనుకబట్టడం ప్రారంభమవుతుంది.

భగవదనుగ్రహమనెడి నూతనశక్తివిశేషం

ఆధ్యాత్మికజీవనంలో భగవదనుగ్రహమనెడి నూతనశక్తివిశేషం పనిచేయ నారంభిస్తుంది. ఆశక్తి మనపూర్వకర్మకంటె బలవత్తరమైనది. అది సాధకుని వర్తమానప్రకృతిసందర్భములలోనుండి పైకిఉద్ధరించగలదు. మనఆధ్యాత్మికవిధి అంతట భగవద్వరణరూపముదాల్చి భవిష్యత్తును సర్వతోభద్రం కావిస్తుంది.

బాటలో అంతరాయాలు

ఆధ్యాత్మికపథంలో ప్రయాణం పెక్కు ఒడుదొడుకులతో కూడియున్నమాట నిజం. ఇంతకాలం పట్టుతుందని చెప్పడానికికూడా వీలులేదు. సాధకునిలోని పూర్వప్రకృతిదౌర్బల్యముల నవకాశంగాతీసుకొని అసురశక్తులిచ్చటనే ప్రయాణమునకంతరాయములు కల్పిస్తూవుంటాయి. కాని, సాధకుడు పతనమయ్యేది స్వాతిశయప్రవృత్తివంటిదానికి లోనై అసురశక్తులను బలపరచినప్పుడే.

బుద్ధితో నిర్ణయాలు పనికిరావు

ప్రకృతిగాని, విధిగాని, భగవద్విధానంగాని మనబుద్ధిధర్మానుసారంగా బుద్ధిప్రమాణాలకులోనై పనిచేయునవికావు. కనుకనే ప్రకృతివిజ్ఞానశాస్త్రానికి, తత్వవేత్తకుసైతం ప్రకృతి, విధి, భగవద్విధానం ఇవన్నీ అతిగుహ్యములుగానే తోస్తూవచ్చాయి. వీటివిషయమై బుద్ధితో నిర్ణయాలుచేయబూనడం నిష్ప్రయోజనం.

ఎవనివిధి వానిది

విధియనునది ప్రతిఒక్కనికీ వేరువేరుగా వుంటుంది. ఎవనివిధివానిదే. ఒకజన్మలో ఒకప్రత్యేకకుటుంబములో పుట్టడం ఒక ఘటన మాత్రమని చెప్పవలసి వుంటుంది. భౌతికశరీరంలోని పెక్కులక్షణాలు, మనః, ప్రాణకోశములలోని కొన్నిలక్షణాలు తల్లిదండ్రులనుంచి, ఇతర పూర్వీకులనుంచి సంక్రమించవచ్చు. కాని ఆవిధంగా సంక్రమించక, కేవలం తనస్వభావానికేచెంది జీవితసరళిలోవికసించే ఇతరలక్షణాలుకూడా ప్రతివానిలో వుంటాయి.

వంశపారంపర్యముద్ర

జాతి, కులం, వంశపారంపర్యం, వీటికిసంబంధించిన ముద్ర పెక్కు-మందిలో చాలదృఢంగానే వుంటుంది. ముఖ్యంగా స్థూలశరీరంలోనూ ప్రాణకోశపుస్థూలవిభాగంలోనూ ఇది ప్రస్ఫుటంగా కానవస్తూ వుంటుంది. పెంపకము, విద్య, శిక్షణ, వీనిమూలముననిది మరింతగ వృద్ధిచెందుతూ వుంటుందికూడ.

కర్మ, పారంపర్య ముద్ర

కర్మ, వంశపారంపర్యముద్ర ప్రధానంగా ఈరెండింటినీబట్టి జన్మసమయమున స్వభావం నిర్ణీతమవుతూ వుంటుంది. వంశపారంపర్యముద్రకూడా కర్మకులోబడినదిగానే కొందరు పరిగణిస్తూ వుంటారు. కాని ఆలోబడి వుండడం 'సామాన్యతః' అనిమాత్రమే చెప్పవలసి వుంటుంది. 'సకలాంశములలోను' అని చెప్పుటకు వీలులేదు.

కర్మకారక ప్రవృత్తులు

మనోవాక్కాయకర్మప్రవృత్తులన్నీకూడా కర్మను సృష్టించేవే. ఇవి ఏదో ఒకమార్గంలో స్వభావమును పెంపొందించడానికి దోహదంచెయ్యగా, స్వభావము, తత్ప్రవృత్తులు బాహ్యాభ్యంతర పరిణామాలకు కారణమవుతూ వుంటాయి. కొన్ని ఇతరులపైనకూడా పనిచేసి లోకంలోని శక్తులసమష్టిలో మిశ్రితమవుతాయి. ఇట్టివి తిరిగి ఎప్పుడో మనలోకి మగిడిరావడమూ కద్దు.

అనభివ్యక్తభావనలు, సంకల్పములు

మానసికభావనగాని, సంకల్పముగాని వాక్కులోను, చేష్టలోనూ అభివ్యక్తమైనప్పుడే ఫలితం చూపుతుందికాని లేనియెడల చూపదు అనుకోడం పొరపాటు. అనభివ్యక్తభావనలు, సంకల్పములుకూడా శక్తులే. వాటికి కూడా స్పందనలున్నవి. అవికూడా ఫలితముల నీయజాలినవే.

విరుద్ధశక్తులకు దారియివ్వరాదు

శక్తులఖేలనవిధానం కడుజటిలం కనుక సాధకుడు జాగరూకుడై వుండి అవి ఏవిధంగా పనిచేస్తున్నాయో కనిపెట్టుతూవుంటేతప్ప ఆయా ఘటనలు ఎందుకు అలా జరుగుతున్నాయో బోధపడదు. ఏఒకశక్తినైనా విజయవంతమయ్యేరీతిగా బలపరచవలెనంటే దానికి విరుద్ధమైనశక్తులు లోనికి చొరబడి ప్రయత్నభంగం చెయ్యకుండా జాగ్రత్తపడడం ఎంతైనా అవసరం.

ప్రతిమానివునిలో వివిధశక్తుల ఖేలన

ప్రతిమానవుడూ వివిధశక్తులఖేలనాక్షేత్రం. కొన్నిశక్తులు అతనిసాధన కొరకు కృషిచేయగా, కొన్నిశక్తులు అతని అహంకారంకొరకు, కామనల కొరకు కృషిచేస్తూ వుంటాయి. ఇవిగాక కొన్నిశక్తులు అతనికి తెలియకుండానే అతనిని ఇతరప్రయోజనాలకు సాధనంగా వినియోగించుకొనజూడడంకూడా వుంటుంది.

యోగంవలన ఉపయోగం

కొంత వివేకము పరిశీలనాశక్తి కలిగి అంతర్ముఖ చేతనయందు ఎక్కువగా నివసిస్తున్న వారెవరైనాసరే, మానవులపై పనిచేస్తూ ఏది ఎందుకు జరుగుతుందో కారణం వారికి తెలియరాకుండే పరిణామాలను కలుగజేయు అదృశ్యశక్తుల ఖేలనను అడుగడుగునా చూడవచ్చు. వీటిని చూడ గలుగుటకేగాక తగిన మార్గంలో నడువగలుగుటకుకూడా ఉపయోగపడు తుంది యోగం.

భౌతికసంసర్గ అనావశ్యకం

ఆధ్యాత్మయోగనిష్ఠుడై శక్తిమంతముగ వ్యవహరించగలవాని ఆధ్యాత్మిక శక్తి భౌతికసంసర్గలేకుండాకూడా పనిచేయగలదు. వ్రాతమూలకంగానో, సంభాషణమూలకంగానో, సమావేశమూలకంగానో, భౌతికసంసర్గ వుంటే తప్ప అది పనిచేయజాలదనేటట్లయితే, అదిసరియైన ఆధ్యాత్మికశక్తి కానేరదు.

ఆత్మశక్తి విస్తృతి

ఆత్మవస్తువు శరీరంచేతగాని, భౌతిక విషయజాతముచేగాని పరిమితమైనది కాదు. నీలో ఆత్మశక్తివుంటే అది వేలకొలదిమైళ్ళదూరాన వున్నవారిపైన కూడ తమపై నీవు ఆత్మశక్తిని వినియోగిస్తున్నట్లు వారికి తెలియక పోయినాసరే పనిచేయగలదు. తమలో ఏదోశక్తి పనిచేస్తున్నదనిమాత్రమే వారికి తెలుస్తుంది. అది తమ మనసుఅని కూడ వారనుకోవచ్చు.

దైవీశక్తుల వినియోగం

దైవీశక్తులు వినియోగించబడుటకే ఉద్దిష్టమైనాయి. కాని వాటిని దైవం కొరకుగాక, అహంకారంకొరకు వినియోగించడం అవిద్యకు లోనైన మానవుడు చేసే పొరపాటు. ఈశ్వరచేతనతో ఏకత్వమునుపొంది, విశ్వ చేతనలో నివసించగలుగునట్లుగా వ్యష్టిచేతనను విస్తృతపరచడంద్వారా దీనిని సరిదిద్దవలసి వుంటుంది.

లోనుండి ప్రేరణ

ఆత్మశక్తులను యోగులు వినియోగించరాదనేది సన్యాసపద్ధతిలోనుండి జనించిన మూఢాభిప్రాయం. ఈ శక్తులుకలిగిన యోగులందరూకూడ వాటిని వినియోగించుటకు లోనుండి ప్రేరణ ఉన్నట్లు తోచినపుడెల్లా అలా వినియోగిస్తూ వుంటారనే నావిశ్వాసం. దైవేచ్ఛకది వ్యతిరేకమని గాని, నికృష్టతరపరిణామాలకు దారితీస్తుందనిగాని, తోచినప్పుడు వినియోగించడం మానవచ్చు.

గారడివాడు కారాదు

కీర్తి, స్వలాభం, ఆడంబరం మున్నగువానికోసమై అలౌకిక కృత్యాలొనర్చే గారడీవాడుగా ఆత్మశక్తిసంపన్నులు తయారుకారాదు. ఏమానవ ప్రకృతిదౌర్బల్యానికీ అతడీశక్తులను వినియోగపరచకూడదు. అపక్వ యోగులు కొందరు తరచుగా ఈ విషయమున అసురశక్తుల వలలో తగుల్కొనుచుండుటనుబట్టియే యోగశక్తుల వినియోగం హానికరమని భావించబడుతూ వచ్చింది.

క్షుద్రప్రలోభాలకు లొంగనిస్థాయి

ప్రాణమయకోశంలో హెచ్చుగా నివసించేవారే తరచుగా యోగశక్తులను దుర్వినియోగంచెయ్యడం జరుగుతూ వుంటుంది. నిశ్చలము, స్వతంత్రము బలిష్ఠమునగు మనోమయకోశం కలిగి చైత్యపురుషావబోధముతో దీపించే వారెవ్వరూ సాధారణముగా ఇట్టి క్షుద్ర ప్రలోభాలకు దిగజారిపోరు.

ఈశ్వరచేతనానిష్ఠుల స్వాభావికస్థితి

నిక్కమైన ఈశ్వరచైతన్యంలోనే నిత్యమూ నివసించే యోగులకు చేకూరే శక్తులను విజానికి అలౌకికశక్తులని అనడానికి వీలులేదు. అవి వారివ్యవహారమునకు స్వాభావికములు, సహజములు అయిపోతాయి. ఇలా చెయ్యవలెననిగాని,చెయ్యకూడదనిగాని వారినెవ్వరూ శాసించుటకవకాశము లేదు.

యోగశక్తి ప్రకటనం అప్రాకృతం కాదు

గొప్పకావ్యరచనను, గొప్పసంగీతరచనను పోలినదే యోగశక్తిప్రకటనముకూడ. లక్షలమందిలో ఒకరుగాని ఒక మహాకావ్యరచన, ఒక మహాసంగీతరచన చెయ్యలేరు. ఆపనులు అప్రాకృతములుగ పరిగణించనట్లయితే యోగశక్తిప్రకటననుగూడ అప్రాకృతముగ పరిగణించనక్కరలేదు.

మహారచనలుచేయుటకు దోహదం

కవిత్వము, సంగీతము అంతస్సత్తలోనుండి ఆవిర్భవిస్తాయి. నిక్కమైన మహారచనలు చెయ్యవలెనంటే బాహ్యమనస్సుకూ అంతస్సత్తలోని ఒకానొక శక్తివిశేషానికీ నడుమగల బాటను చక్కచేయవలసి వుంటుంది. యోగశక్తి కొందరియందు ఇట్టి బాటను చక్కజేసి గొప్పరచనలు చేయడానికి దోహదం చేస్తూ వుంటుంది.

సహజప్రాప్తములగు యోగశక్తులు

నూతనచైతన్యోపలబ్ధిలో అంతర్భాగంగా యోగశక్తులు సహజప్రాప్తము వైయక్తిక అపత్ర్పయోజనమునకు వినియుక్తం కాకపోతే అట్టివానివల్ల ఏచెరుపూ వుండనేరదు. ఉదాహరణకు, ఒకదర్శనమందో, స్వప్నమనందో నీకు కనుపడినది తరువాత జాగ్రదవస్థలో వాస్తవికంగా జరుగుతూ వుండవచ్చు. సాధన పురోగతి నందుకొన్నప్పుడిట్టి అనాగతజ్ఞానంకలగడం సహజమే.

దుర్వినియోగం తగదు

యోగశక్తులు సహజప్రాప్తములయినప్పుడు సాధకుడు వాటిని చూచుకొని గర్వపడరాదు. తనకాశక్తులున్నట్లు దంభోక్తులు పలుకరాదు. అహంకారిక పరితృప్తికోసమై వాటిని దుర్వినియోగం చేయరాదు. అట్లుదుర్వినియోగం చేయబడినప్పుడవి నిశ్చయముగా పతనహేతువులుగానే పరిణమిస్తాయి.

సత్యచేతనా ప్రతిష్ఠ

సాధన పురోగతిగాంచినప్పుడు దాదాపు సర్వసాధారణముగా సాధకునిలో దర్శనశక్తి పెంపొందుతుంది. సత్యచేతనయందు మాత్రమే అతడు ప్రతిష్ఠితుడుకావడం అవసరం. అట్లుసత్యచేతనా ప్రతిష్ఠితుడైనప్పుడే అతడు చూచినదెల్లా సత్యమై, సత్యమునే అతడు చూడగలుగుతాడు.

అసత్యవాణులు, అసత్యానుభూతులు

అసత్యవాణులు, అసత్య అనుభూతులు అనేవి కలవనికూడా సాధకుడు గుర్తించడం అవసరం. అహంకారంచేత ఎవరైనా తాము గొప్పసాధకుల మనుకొంటూ తమకూ, తమ అనుభూతులకూ విశేష ప్రాధాన్యం యిచ్చుకోడం జరిగేయెడల అట్టివారు అవచేతనలోని కీడ్వబడి అసత్యవాణులను వింటూ అసత్యానుభూతులను పొందుతూ పతనమును పొందడమే సంభవిస్తుంది.

యోగి సాధించవలసిన అతీతస్థితి

గుణ దోషములను, సత్యానృతములతోను, జ్యోతిస్తమస్సులతోను ముడిపెట్టరాదు. వాటికి వీటికీ ఎట్టిసంబంధమూ లేదు, ఆధ్యాత్మయోగసిద్ధుడు గుణ దోషముల కతీతుడవుతాడుగాని సత్యమునకు, జ్యోతిస్సుకు అతీతుడు కాడు. సత్యము, జ్యోతిసు అనేపదాలు సంకుచితార్థంతో వాడబడితే మాత్రం, గుణ దోషములకువలెనే వానికికూడా అతడు అతీతుడు కావలసినదే.

శ్రీ అరవింద సూక్తులు

రెండవ భాగము

సమాప్తము

